

PROJEKTU UN KVALITĀTES VADĪBA

**PĒTĪJUMS PAR PROCESU ATKARĪBU (AZARTSPĒĻU,
SOCIĀLO MEDIJU, DATORSPĒĻU ATKARĪBA) IZPLATĪBU
LATVIJAS IEDZĪVOTĀJU VIDŪ UN TO IETEKMĒJOŠIEM
RISKA FAKTORIEM**

PĒTĪJUMA GALA ZIŅOJUMS

ISBN 978-9934-8845-1-1

AUTORI: Aivita Putniņa, Artūrs Pokšāns, Māris Brants

VESELĪBAS MINISTRIJA, Rīga, 2019.gads



Veselības ministrija

NACIONĀLAIS
ATTĪSTĪBAS
PLĀNS 2020



EIROPAS SAVIENĪBA

Eiropas Sociālais
fonds

I E G U L D Ī J U M S T A V Ā N Ā K O T N Ē

Pētījums veikts ESF projekta „Kompleksi veselības veicināšanas un slimību profilakses pasākumi”
(Identifikācijas Nr.9.2.4.1/16/l/001) ietvaros

SATURS

SATURS	2
KOPSAVILKUMS	4
SUMMARY	7
IZMANTOTIE SAĪSINĀJUMI	10
IEVADS	11
1. PĒTĪJUMA METODOLOĢIJA	13
1.1. PRIEKŠIZPĒTES METODES	13
1.2. KVANTITATĪVĀS METODES	14
1.2.1. Aptaujas norise, apstrāde un analīze	14
1.2.2. Aptaujas saturs	16
1.2.3. Instrumenti atkarību un to seku mērīšanai	16
1.3. KVALITATĪVĀS METODES	19
1.3.1. Padziļinātās intervijas ar mērķgrupas pārstāvjiem	20
1.3.2. Padziļinātās intervijas ar ekspertiem	20
1.3.3. Fokusgrupu diskusijas ar mērķgrupas pārstāvjiem	21
2. PROCESU ATKARĪBU DEFINĒJUMS UN AR TO SAISTĪTĀ RĪCĪBPOLITIKA	23
2.1. ATKARĪBAS DEFINĒJUMA PROBLEMĀTIKA	23
2.1.1. Procesu atkarības atspoguļojums Latvijas medijos	23
2.1.2. Atkarību atspoguļojums interviju un diskusiju datos	25
2.2. AZARTSPĒĻU REGULĒJUMA POLITIKA ES	28
2.2.1. Zviedrija	29
2.2.2. Dānija	30
2.2.3. Īrija	31
2.2.4. Nīderlande	32
2.3. INTERNETA UN VIDEOSPĒĻU PĀRMĒRĪGA LIETOŠANAS NOVĒRŠANAS POLITIKA ES UN PASAULĒ	36
2.4. LATVIJAS RĪCĪBPOLITIKAS UN REGULĒJUMA ANALĪZE	39
2.4.1. Azartspēļu regulējuma politika	39
2.4.2. Nodokļu politika	41
2.4.3. Azartspēļu reklāmas ierobežojumi	41
2.4.4. Ierobežota piekļuve spēļu vietām un spēlētāju paškontrolē	42
2.4.5. Spēļu zāļu izvietojuma ierobežojums	45
2.4.6. Nelegālo spēļu vietņu bloķēšana	47
2.4.7. Interneta un videospēļu regulējums	48
3. STATISTIKAS UN APTAUJU DATU ANALĪZE	51
3.1. AZARTSPĒĻES	51
3.2. INTERNETA IZMANTOŠANA	56
3.3. VIDEOSPĒĻU SPĒLĒŠANA	60

4.	PROCESA ATKARĪBU PARADUMU IZPLATĪBA.....	62
4.1.	AZARTSPĒLES UN LOTERIJAS	62
4.1.1.	Azartspēļu un loteriju spēlēšanas paradumi.....	62
4.1.2.	Azartspēļu un loteriju spēlēšanas biežums par naudu pēc spēles veida.....	68
4.1.3.	Spēlēšanas motivācija.....	73
4.1.4.	Azartspēļu un loteriju spēlētāju uztvertais kaitējums	78
4.2.	VIDEOSPĒĻU SPĒLĒŠANA	91
4.2.1.	Spēlēšanas paradumi.....	91
4.2.2.	Spēlēšanas veidi.....	92
4.2.3.	Izpratne par video spēļu izraisīto kaitējumu	97
4.3.	INTERNETA LIETOŠANAS PARADUMI	108
4.3.1.	Interneta lietošanas veidi	109
4.3.2.	Interneta lietotāju profils.....	110
4.3.3.	Skatījums uz interneta lietošanas radīto kaitējumu.....	115
4.4.	LĪDZATKARĪBA.....	120
4.5.	KOPSAVILKUMS: PROBLEMĀTISKAS AR PROCESIEM SAISTĪTAS UZVEDĪBAS IZPLATĪBA SABIEDRĪBĀ	124
5.	PALĪDZĪBAS SNIEGŠANAS MEHĀNISMI.....	126
5.1.	PIEEJA PROCESU ATKARĪBAS IZRAISĪTU PROBLĒMU RISINĀŠANAI	126
5.1.1.	Atkarību ārstēšanas regulējums	126
5.1.2.	Preventīvie pasākumi.....	127
5.2.	ATBALSTA PASĀKUMU UZTVERE	135
5.2.1.	Palīdzības sniegšana problēmu ar azartspēlēm gadījumā	136
5.2.2.	Palīdzības sniegšana interneta problemātiskas lietošanas gadījumā.....	139
5.2.3.	Palīdzības sniegšanas mehānismi videospēļu gadījumā	140
	SECINĀJUMI	143
	REKOMENDĀCIJAS	146
	AZARTSPĒĻU NOZARES REGULĒJUMS	146
	AR VIDEOSPĒLĒM UN PROBLEMĀTISKU INTERNETA LIETOŠANU SAISTĪTĀ PROBLEMĀTIKA	147
	ATBALSTA SNIEGŠANAS MEHĀNISMI	147
	VĒRES	149
	LATVIJAS NORMATĪVIE AKTI	149
	PĒTĪJUMI, RAKSTI, ZIŅOJUMI	150
	INTERNETA VIETNES UN MEDIJU RAKSTI.....	155
	CSP STATISTIKAS RESURSI	157

KOPSAVILKUMS

Procesu atkarība nav viennozīmīgi definēta un uztverama kā vienots jēdziens. Šis pētījums rāda, ka arī Latvijā speciālistu vidū procesu atkarības jēdziena lietojums joprojām ir neviennozīmīgs. Uzvedība un paradumi, kas tiek pētījumā skatīti kā procesu atkarība, bieži ir salīdzinoši nesenas parādības, to definējums ir atkarīgs no izmantotā priekšmeta, nevis procesa un biežāk priekšplānā izvirzās sociālie jautājumi, kamēr medicīniskai diagnozei ir sekundāra nozīme.

- Politikas tendences** ES vienota azartspēļu regulējums kļūst aktuāls ar vienoto tirgu un spēļu izplatību tiešsaistē. Politikas pieejā iezīmējas konflikts starp azartspēļu pienesumu ekonomikai un kaitējumu (galvenokārt vietējai) sabiedrībai, kuru mēģina līdzsvarot ar sabiedriski atbildīgu pieeju azartspēļu organizēšanā, novirzot no azartspēlēm nodokļos iegūto līdzekļu daļu publiskā sektora finansēšanai. Vienota politika šajā jomā gan nav sagaidāma, jo azartspēļu regulējums Eiropas Savienības dalībvalstīs ir atšķirīgs. Vienots videospēļu regulējums ES tiek veidots kopš 2002. gada un viens no galvenajiem politikas izaicinājumiem ir bērnu aizsardzība pret videospēļu iespējamo kaitīgo ietekmi, kā arī mediju pratības veicināšana digitālajā vidē. Ar interneta pārmērīgu lietošanu saistītās problēmas ir pretrunīgas, biežāk to skatot kā pārmērīgu kaitējumu personiskajai, ģimenes un profesionālai dzīvei.
- Azartspēles** Azartspēļu jomas regulāciju Latvijā nosaka Azartspēļu un izložu likums. Ložu un azartspēļu nodoklis tiek sadalīts starp valsts un pašvaldības budžetu 75% un 25% proporcijā. Kopš 2010. gada azartspēļu zāļu skaits ir samazinājies un nostabilizējies, taču apgrozījums pieaug. Salīdzinot ar vielu atkarībām, procesu atkarības ārstēšanas gadījumu īpatsvars ir neliels. Politika tiek veidota vairākos virzienos.
- Atbalsts spēlētājiem** Jaunākā tiesību norma ir pašai azartspēļu un spēlētāju reģistrācijas un identitātes pārbaudes ieviešana. Aptaujas dati rāda, ka 82% respondenti atbalsta risinājumu, ka valstij jānodrošina iespēja ierobežot piekļuvi azartspēlēm, ja persona to vēlas, un tikai 24% piekrīt, ka azartspēļu spēlēšana un loterijas ir tāda pati izklaides iespēja kā visas pārējās un tai nav nepieciešami speciāli ierobežojumi. Mazāk par pusi respondentu (43%) piekrīt, ka cilvēki paši ir pietiekami atbildīgi, lai pasargātu sevi no kaitējuma, ko izraisa pārmērīga azartspēļu spēlēšana vai dalība loterijās. Ierobežošana patlaban nav efektīva – savu piekļuves ierobežošanu interneta spēļu vietām izmantojuši 11% no tiem, kas pēdējā gada laikā internetā spēlējuši, par pašai azartspēļu spēlēšanu iekļūt spēļu zālēs informēti 53% spēlētāju, bet to izmantojuši vien 8%. Testu problēmu identificēšanai spēlētāji vērtē kā neefektīvu rīku.
- Piekļuves ierobežošana** Latvijas iedzīvotāji ir kritiski noskaņoti pret azartspēlēm spēļu zālēs. 77% respondentu piekrīt, bet 8% nepiekrīt, ka Latvijā ir pārāk daudz azartspēļu spēlēšanas vietu. Salīdzinājumam 65% respondentu piekrīt, bet 17% nepiekrīt, ka Latvijā ir pārāk daudz vietu, kur iegādāties loterijas kuponus vai biļetes. Azartspēļu spēlēšanas vispārēju aizliegumu atbalsta 59% respondentu, bet 28% tam nepiekrīt. Biežāk vispārējam aizliegumam piekrīt sievietes (67% pret 51% vīriešu), kā

arī atbalsts aizliegumam pieaug ar katru vecuma grupu. Augstāks atbalstītāju loks ir risinājumam, ka azartspēles un loterijas būtu jāatļauj organizēt tikai atsevišķās norādītās pilsētas zonās, lai ierobežotu to pieejamību – to atbalsta 77% respondentu, bet neatbalsta 12%. 79% aptaujas dalībnieku piekrīt, ka jāpieņem likums, kurš ļauj spēlēt azartspēles vai piedalīties loterijās tikai no 21 gada vecuma.

Spēlēšanas paradumi Kopumā aptuveni puse (50,3%) respondentu norāda, ka kaut reizi spēlējuši kaut vienu no **azartspēļu veidiem par naudu**. Momentloterijas pēdējā gada laikā spēlējuši 15,6%, bet skaitļu loterijas – 15,0%. Vismaz reizi mēnesī katrā no šiem loteriju paveidiem piedalās ap 7% respondentu, tai skaitā biežāk – ap 3%. Spēļu automātus klātienē vismaz reizi mēnesī spēlē ap 3% respondentu, tai skaitā biežāk – nedaudz virs 1%. Pārējie spēļu veidi ir izplatīti ievērojami retāk. Azartspēļu spēlēšana par naudu sāka gana agrīnā vecumā – pirms 18 gadu vecuma spēlējuši 14% respondentu, bet 18-20 gadu vecumā – 16%. Jo jaunāki respondenti, jo agrāk viņi kopumā uzsākuši azartspēļu spēlēšanu.

Vispopulārākās Latvijā bijušas momentloterijas (nokasāmās kartītes – Moments, MomentLoto, Kurš Kuru, Smaids, Lasis u.c.) – tās jebkad spēlējuši 36% respondentu, kā arī skaitļu loterijas (Super Bingo, 5 no 35, Eurojackpot, Viking Lotto, Keno u.c.), kuras jebkad spēlējis 31% respondentu. Trešais populārākais spēlēšanas veids ir spēļu automāti spēļu zālēs – tos spēlējuši 22% respondentu. Vēl 6% respondentu ir par naudu spēlējuši kazino spēlēs klātienē (tai skaitā ārpus kazino) un aptuveni tikpat bingo speciālajās zālēs.

Spēles automātos izteikti biežāk spēlē vīrieši. Kopumā automātus spēlējuši ir 35% vīriešu un 11% sieviešu. Taču starp nesenākiem un biežākiem spēlētājiem vīriešu īpatsvars ir vēl augstāks. Spēļu automāti klātienē ir bijuši populāri jaunu respondentu vidū. Piedalīšanās skaitļu un momentloterijās ir populārāks azartspēļu veids laukos (kur to spēlējuši 41% un 42% respondentu) un mazpilsētās (40% un 41%). Vispopulārākās momentloterijas ir Vidzemē, kur tās spēlējuši pat 62% respondentu. Momentloterijas spēlējušo vīriešu īpatsvars tikai nedaudz pārsniedz sieviešu īpatsvaru – tās spēlējušas 34% sieviešu un 38% no vīriešu, bet skaitļu loterijas - 36% vīriešu un 27% sieviešu. Skaitļu un momentloterijas regulārāk un biežāk spēlē vidējā paaudze.

Problemātiska azartspēļu spēlēšana Pētījums rāda, ka personu loks, kurus varētu skart **problemātiska azartspēļu spēlēšana (t.sk loterijas)**, visu respondentu vidū ir 6,4% (salīdzinājumam Lielbritānijā 4,7%, Čehijā 5,7%). No šiem 2,6% varētu būt zema līmeņa problēmas ar maz vai neidentificētām negatīvām sekām, 2,5% - vidēja līmeņa problēmas ar dažām negatīvām sekām, bet 1,3% - problēmas ar azartspēļu spēlēšanu ar negatīvām sekām un iespējamu kontroles trūkumu. Attiecinot šo respondentu grupu uz ģenerālkopu, Latvijā no azartspēlēm dažādā pakāpē varētu ciest 79 119 personas 15-64 gadu vecumā, no tām 16 162 problēmas ir smagākajā pakāpē.

Raugoties uz spēļu automātus pēdējā gada laikā kaut reizi mēnesī spēlējošo respondentu grupu, tikai 24% skata neidentificē problēmas, bet smagākās pakāpes problēmas tā uzrāda 27% šīs grupas respondentu.

Datorspēļu pārmērīga spēlēšana

Respondentu īpatsvars, kuri kādreiz spēlējuši **spēles datorā, tālrunī vai spēļu konsolēs** (individuāli vai tiešsaistē), ir 53%, bet 47% norāda, ka nav spēlējuši vispār. Tādu spēlētāju, kas pēdējo 12 mēnešu laikā spēlē gandrīz katru dienu un biežāk, ir 15% no visiem respondentiem. Visatturīgākie spēlētāji ir Latgalē, kur aktīvi spēlē vien 8% respondentu, bet aktīvākie – Kurzemē (20% respondentu). Jo jaunāks respondents, jo biežāk tas ir aktīvs spēlētājs. Vīrieši ir aktīvāki spēlētāji par sievietēm (aktīvi spēlē 17% vīriešu un 12% sievietes). Tam, ka spēļu spēlēšana datorā, telefonā un spēļu konsolē ir tāda pati izklaides iespēja kā visas pārējās un tai nav nepieciešami speciāli ierobežojumi, piekrīt 38% respondentu (azartspēlēm 25%), bet 50% tam nepiekrīt. Biežāk tam piekrīt 15-24 gadu veci respondenti (58%) un vīrieši (44%).

No **videospēļu spēlēšanas izraisītām problēmām** varētu ciest aptuveni 0,5% visu respondentu, bet problēmas ar videospēļu spēlēšanu ir vēl 2,4%. Rēķinot absolūtos skaitļos, problēmas varētu skart kopā 35 286 iedzīvotāju 15-64 gadu vecumā, no tiem 5 642 – varētu būt videospēļu atkarība.

Interneta pārmērīga lietošana

Interneta izmantošana ir iedzīvotāju regulārs paradums: 87% interneta lietotāju tajā meklējuši informāciju un lasījuši ziņas, bet 83% to pašu darījuši pēdējā mēneša laikā. Nākamā populārākā funkcija ir e-pasta lasīšana (82%, tai skaitā 78% pēdējā mēneša laikā), kam seko interneta saziņas programmas (78%; 72% pēdējā mēneša laikā) un sociālie tīkli (arī 78%, bet 71% pēdējā mēneša laikā). 61% respondentu straumējuši vai lejuplādējuši mūziku un video, turklāt gandrīz puse (48%) pēdējā mēneša laikā. Savukārt tikai neliela daļa (28%, bet 16% – pēdējā mēneša laikā) radījuši interneta saturu komunicējot blogos, forumos.

Mazadaptīvi/traucēti interneta lietošanas paradumi skar 7% visu respondentu jeb 90 482 iedzīvotājus 15-64 gadu vecumā, bet problemātiski interneta lietošanas paradumi – vēl 3% respondentu jeb 36 079. Kopā valstī – ap 126 561 cilvēkiem.

SUMMARY

Process dependency is not unambiguously defined and perceived as a single concept. This study shows that the use of the concept of process dependency among specialists in Latvia is still disputable. Behaviour and habits that are considered related to process dependency often are relatively recent phenomena, their definition depends on the subject used, rather than on the process, and more often social issues come to forefront while medical diagnosis plays a secondary role.

- Policy directions** The EU's single gambling regulation framework is becoming increasingly relevant with the single market and online gambling. The policy approach displays a conflict between the contribution of gambling to the economy and damage it causes to (mainly local) community, which is being counterbalanced by a socially responsible approach to organizing gambling and shifting the proportion of gambling tax revenue to the public sector. A common policy in this area is not expected, as gambling regulation varies across the European Union. Uniform regulation of video games in the EU has been established since 2002 and one of the main policy challenges is the protection of children against the potentially harmful effects of video games, as well as the promotion of media literacy in the digital environment. Problems with overuse of the Internet are most contradictory, more often than not, as excessive harm to personal, family and professional life.
- Gambling** The Gambling and Lotteries Act regulates gambling in Latvia. The tax on gambling is divided between the state and local government budgets in the proportion of 75% and 25%. Since 2010, the number of slot machines has declined and stabilized, but their turnover is increasing. Compared to substance dependence, the proportion of treatment addiction treatment cases is low. The policy is designed in several directions.
- Support to gamblers** The newest norm is the introduction of self-restriction measures, player registration and identity checks in gambling services. Survey data show that 82% of respondents support that the state should help in restricting access to gambling if a person wants it, and only 24% agree that gambling and lotteries are the same entertainment option as any other and do not require special restrictions. Less than half of respondents (43%) agree that people themselves are responsible enough to protect themselves from harm caused by excessive gambling or lottery participation. Restrictions are currently ineffective - 11% of those who have played online over the past year have used their access restrictions to online gaming sites, but 53% of players are informed of self-restriction, but only 8% have used it. Gamblers see the gambling problem identification test as an ineffective tool in harm reduction.
- Restricting access** The inhabitants of Latvia are particularly critical of slot machines. 77% of respondents agree, but 8% disagree that there are too many gambling sites in Latvia. By comparison, 65% of

respondents agree, but 17% disagree that there are too many places in Latvia to buy lottery coupons or tickets. A general ban on gambling is supported by 59% of respondents, but 28% disagree. Women are more likely to agree to a general ban (67% to 51% of men) as well as supports to the ban grow with the each age group. Higher support is given to restricting gambling and lotteries to certain designated areas of the city and limiting their availability - supported by 77% of respondents but not supported by 12%. 79% of respondents agree that it is necessary to adopt a law that allows gambling or lotteries only from the age of 21 years.

Gambling behaviour Overall, about half (50.3%) of respondents say they have gambled money at least once. Instant lotteries are the most popular in Latvia and have been played by 36% of respondents; 31% of respondents have played number lotteries. Instant lotteries were played by 15.6% over the past year, while number lotteries by 15.0%. About 7% of the respondents participate in each of these lottery types at least once a month, what includes also 3% participating more often. Participation in number and instant lotteries is the most popular form of gambling in the countryside (41% and 42% of respondents) and small towns (40% and 41%). Instant lotteries are most popular in Vidzeme, where they are played by as many as 62% of respondents. The share of men who have played instant lotteries is only slightly higher than that of women - 34% of women and 38% of men, in number lotteries - 36% of men and 27% of women. Lotteries are played more regularly and more often by the middle generation.

3% of respondents play slot machines at least once per month, while over 1% did it more often. The third most popular way of playing is slot machines in gaming halls - 22% of the respondents have played them. Another 6% of respondents have played casino games (including those outside casinos) and around the same percentage have played bingo. Gambling for money is started at a very early age - 14% of the respondents have started playing before 18 years but 16% at the age of 18-20. The younger the respondents, the earlier they started gambling.

Men more often play slot machines. Overall, 35% of men and 11% of women have played machines. However, among the younger and more frequent players, the proportion of men is even higher. Slot machines have been popular with younger respondents.

Problem gambling The survey shows that the number of people potentially affected by problem gambling (including lotteries) is 6.4% among all respondents (4.7% in the UK, 5.7% in the Czech Republic). 2.6% of these have low level problems with little or unidentified negative consequences, 2.5% - medium level problems with some negative consequences, but 1.3% - problem gambling with negative consequences and possible lack of control. Applying this group of respondents to the general population, 79,119 persons aged 15 to 64 could suffer from gambling in Latvia at varying degrees, of which 16,162 have serious consequences.

Looking at the group playing slot machines at least once a month in the last year, only 24% of the respondents have not been identified having problems, but 27% of respondents in this group exhibit high risks.

**Excessive
video
gaming**

The share of respondents who have ever played games on a computer, phone or game console (individually or online) is 53%, but 47% say they have not played at all. 15% of all respondents have played almost every day and more often in the last 12 months. The most passive players are in Latgale, where only 8% of the respondents play actively, but the most active are in Kurzeme (20% of respondents). The younger the respondent, the more often he/she is an active player. Men are more active players than women (17% men to 12% women). 38% of respondents agree that playing games on a computer, phone, and game console is the same entertainment as any other and does not require any special limitations. Respondents aged 15-24 (58%) and men (44%) agree more often.

Approximately 0.5% of all respondents suffer from the gaming dependency, but 2.4% have other problems with gaming. In absolute terms, a total of 35,286 people aged 15-64 could be affected, of which 5,642 could be addicted to video games.

**Excessive
internet
use**

Using the internet is a regular habit of the population: 87% of internet users have searched for information and read messages, but 83% did the same in the last month. The next most popular feature is reading e-mail (82%, including 78% last month), followed by internet communication programmes (78%; 72% last month) and social networks (78%, but 71% last month). 61% of respondents have streamed or downloaded music and video, and almost half (48%) did it last month. On the contrary, only a small part of the respondents (28% in total and 16% in the last month) have created internet content by communicating in blogs and forums.

Low adaptive/disrupted internet usage habits affect 7% of all the respondents who represent 90,482 people aged 15-64, but problematic Internet usage habits - another 3% of the respondents (or 36,079 from the general population). In total in the country these are about 126,561 persons.

IZMANTOTIE SAĪSINĀJUMI

AS	Anonīmie Spēlmaņi
BKUS	Bērnu klīniskā universitātes slimnīca
CSP	Centrālā statistikas pārvalde
DSM	Diagnostikas un statistikas rokasgrāmata
ES	Eiropas Savienība
ESPAD	Eiropas skolu aptaujas projekts par alkoholu un citām narkotiskām vielām
FM	Finanšu ministrija
IAUI	Izložu un azartspēļu uzraudzības inspekcija
MK	Ministru Kabinets
NEPLP	Nacionālā elektronisko plašsaziņas līdzekļu padome
NVO	Nevalstiskā organizācija
PEGI	Eiropas videospēļu satura novērtēšanas sistēma
PMLP	Pilsonības un migrācijas lietu pārvalde
RPNC	Rīgas Psihiatrijas un narkoloģijas centrs
SIA	Sabiedrība ar ierobežotu atbildību
SKDS	Sociāli korelatīvo datu sistēmas – pētījumu aģentūras nosaukums, kas šobrīd vairs netiek lietots, izmantojot tikai iniciāļus
SOS	Burtu kombinācija, kas viegli atpazīstama Morzes kodā, raidot briesmu signālu. Izmantota bērnu ciematu nosaukumā, norādot uz nepieciešamību palīdzēt
SPKC	Slimību profilakses un kontroles centrs
SSK	Starptautiskā slimību klasifikācija
UDHS	Uzmanības deficīta un hiperaktivitātes sindroms
VAS	Valsts akciju sabiedrība
VM	Veselības ministrija
VSIA	Valsts SIA

IEVADS

Pētījuma mērķis ir noskaidrot procesu atkarību (azartspēļu atkarība, sociālo mediju atkarība, videospēļu atkarība) un asociētās uzvedības izplatību un to ietekmējošos faktorus Latvijas iedzīvotāju vidū. Pētījuma gaitā, analizējot starptautisko pētījumu pieredzi, procesi tika sadalīti trīs kategorijās:

1. azartspēles un loterijas, kuras raksturo spēlēšana par naudu;
2. interneta pārmērīga lietošana;
3. videospēļu spēlēšana.

Sadalījums ir nosacīts, jo kategorijas savstarpēji pārklājas, taču tas ļauj izmantot validētus instrumentus katra specifiskā procesa radīto problēmu noteikšanai.

Pētījuma uzdevumi ir šādi:

1. veikt valsts politikas un tiesību aktu analīzi procesu atkarību jomā;
2. veikt pieejamo statistikas datu analīzi procesu atkarību jomā;
3. noskaidrot azartspēļu spēlēšanas un dalības izlozēs paradumus un modeļus, kā arī azartspēļu atkarības izplatību Latvijas iedzīvotāju vidū;
4. noskaidrot sociālo mediju izmantošanas paradumus un modeļus, kā arī sociālo mediju atkarības izplatību Latvijas iedzīvotāju vidū;
5. noskaidrot datorspēļu spēlēšanas paradumus un modeļus, kā arī datorspēļu atkarības izplatību Latvijas iedzīvotāju vidū;
6. noskaidrot iedzīvotāju informētību un zināšanas procesu atkarību jautājumos, kā arī attieksmi pret asociēto paradumu (azartspēļu spēlēšana, sociālo mediju lietošana, datorspēļu spēlēšana) praktizēšanu, kā arī pret iespējamajiem risinājumiem procesu atkarību izplatības ierobežošanas jomā;
7. noskaidrot procesu atkarību attīstību veicinošus un aizsargājošus faktorus;
8. apkopot labās prakses piemērus Eiropas valstīs procesu atkarību izplatības mazināšanai;
9. balstoties uz pētījuma rezultātiem un apkopotajiem labās prakses piemēriem, sniegt priekšlikumus procesu atkarību izplatības ierobežošanas pasākumiem Latvijā;
10. iespēju robežās visu informāciju sniegt un analīzi veikt dzimumu griezumā, vecuma grupās, kā arī reģionālā griezumā.

Pētījuma veikšanai izmantotas daudzveidīgi instrumenti – politikas un regulējuma dokumentu analīze, statistikas un iepriekš veiktu aptauju datu analīze, starptautisko zinātnisko publikāciju un politikas analīze, aptauja (4912 respondentu), 21 padziļinātā intervija ar ekspertiem un personām, kuras skārusi procesu atkarība, kā arī divas fokusgrupu diskusijas ar azartspēļu spēlētājiem un interneta pārmērīgas lietošanas/videospēļu spēlēšanas skartām personām. Papildus veikta arī neliela apjoma mediju analīze procesu atkarības pozicionēšanas noteikšanai sabiedrībā.

Vispirms ziņojums sniedz ieskatu procesu atkarības jēdziena un tā lietošanas problemātikā gan no starptautiskas, gan Latvijas ekspertu un pašu atkarīgo personu perspektīvas. Atkarības jēdziens biežāk

lietots azartspēļu gadījumā, taču citu procesu gadījumā ieteicams to apzīmēt mazāk stigmatizēti – pārmērīga vai problemātiska lietošana.

Azartspēļu regulējums Latvijā galvenokārt bijis formulēts ekonomikas politikas ietvaros, taču pētījums tiek veikts laikā, kad notiek pagrieziens uz nozares radītā kaitējuma mazināšanu. Tikmēr videospēļu un pārmērīgas interneta lietošanas gadījumā gan starptautiski, gan vietēji pieejams mazāk instrumentu. Procesu atkarības joma ir sarežģīta, jo tās cēloņi un faktori ir kompleksi – saistīti ar sociālo vidi, ģimenes funkcionēšanu un agrīna atbalsta pieejamību. Visbiežāk ar to saistītas problēmas tiek risinātas sociālajā sektorā, taču to efektīvai risināšanai nepieciešams arī veselības aprūpes sektora atbalsts. Atbalsts jebkuru atkarību gadījumā Latvijā ir fragmentārs un, kā pētījums rāda, lietotājiem un reizēm pat ekspertiem nepārzināms.

Pētījums atklāj procesu atkarības tendences un biežāk skartās iedzīvotāju grupas. Jaunieši ir viena no visievainojamākajām grupām visu procesu gadījumos, turklāt jauniešiem biežāk ir maldīgs priekšstats par problēmu smagumu un kritiskāks skatījums uz pieejamību ierobežojošiem pasākumiem. Latvijā ir salīdzinoši zems azartspēļu spēlēšanas uzsākšanas vecums. Vecums arī būtiski ietekmē azartspēļu spēlēšanu, viedierīču un interneta lietošanas paradumus – biežāk tie sastopami jaunāka gadagājuma respondentiem. Tāpat biežāk procesu atkarību potenciāli izraisoši paradumi ir vīriešiem.

Analizējot procesu radīto kaitējumu, dažādiem procesa veidiem izmantoti dažādi kritēriji. Azartspēļu un loteriju gadījumā izmantota gan diagnosticējoša skala, gan pašvērtējums, gan saikne ar veselības problēmām, kā arī šim spēles veidam nozīmīgā finanšu zaudējuma riska analīze. Pētījums rāda, ka, lai arī azartspēles automātos spēlē salīdzinoši mazāks respondentu īpatsvars kā loterijas, šādi kopumā mazinot problemātisko spēlmaņu īpatsvaru populācijā, tomēr tā kaitīgā ietekme ir augstāka, skarot pat lielāko daļu aktīvo regulāro spēlētāju. Arī finanšu zaudējumi spēlēs automātos ir augstāki nekā loterijās.

Vērtējot dažādu procesu skarto personu īpatsvaru, analizēta arī līdzatkarības problēma. Pētījums rāda, ka procesu atkarība ne tikai skar ģimenes locekļus, mājsaimniecības finanses, bet arī veicina problemātisku spēlēšanas vai lietošanas paradumu veidošanos tuvajiem cilvēkiem.

Visbeidzot pētījums aplūko pieejamos un vēlamos atbalsta mehānismus procesu atkarības gadījumā. Aptaujas respondenti vāji pārzina atbalsta veidus un iespējas un vēl retāk tos izmanto. Visbiežākais izmantotais atbalsta veids ir ģimene. Eksperti piedāvā kopienā balstītus atbalsta pasākumus kā risinājumu jauniešiem un ģimenēm, savukārt azartspēļu atkarības gadījumā tiek ieteikts samazināt pieejamību un veicināt atbildīgu spēlēšanu.

Latvijas iedzīvotāji ir kritiski noskaņoti pret azartspēlēm un atbalsta to ierobežošanu. Tiek atbalstīta izglītošana par procesu atkarību un sagaidīta valsts rīcība kaitējuma mazināšanā, vien nelielai daļai respondentu uzskatot, ka ar problēmām jātiek galā pašām atkarīgajām personām.

Ziņojuma noslēgumā tiek piedāvāti galvenie secinājumi, aptverot procesu atkarības izplatību un būtiskākos parametrus, kā arī rekomendācijas azartspēļu nozares regulācijai, interneta pārmērīgas lietošanas un videospēļu problemātiskas lietošanas risku mazināšanai.

1. PĒTĪJUMA METODOLOĢIJA

Pētījumā tika izmantots plašs metožu klāsts, kas ietvēra:

1. politikas un regulējuma analīzi;
2. statistikas un aptauju datu analīzi;
3. literatūras analīzi;
4. mediju tekstu analīzi;
5. tiešās intervijas respondentu dzīvesvietās;
6. padziļinātās intervijas;
7. fokusgrupu diskusijas.

Pirmās četras metodes tika izmantotas, lai sagatavotos pētījumam, respektīvi, kalpoja kā priekšizpēte. Baltoties tās rezultātos tika sagatavota pētījuma kvantitatīvā daļa – tiešās intervijas. Savukārt paralēli pētījuma kvantitatīvās daļas nobeiguma posmam, kā arī pēc kvantitatīvās daļas tika veikta pētījuma kvalitatīvā daļa, kas ietvēra padziļinātās intervijas ar pētījuma mērķgrupu un ekspertiem, kā arī fokusgrupu diskusijas.

Pētījuma metodoloģijas pamatu izstrādāja Veselības ministrija un tās piesaistītie eksperti. Pētnieki izmantoja šo metodoloģiju kā pamatu, precizēja un papildināja, saskaņojot šos precizējumus un papildinājumus ar Veselības ministriju.

1.1. PRIEKŠIZPĒTES METODES

Politikas un regulējuma analīze ietvēra likumdošanas aktu un to pieņemšanas vēstures analīzi, akcentējot uzmanību uz šādiem aspektiem:

1. azartspēļu organizēšanas kārtība;
2. azartspēļu reklāmas ierobežojumi;
3. nodokļu politika azartspēļu jomā;
4. interneta un videospēļu regulējums;
5. atkarību ārstēšana;
6. atkarību profilakse.

Tā kā gan regulējums, gan ārstēšana un profilakse šobrīd koncentrējas ap azartspēlēm, tad arī politikas un regulējuma analīze ievērojami vairāk skar azartspēles.

Statistikas un aptauju datu analīze sniedza ieskatu līdz šim veiktajās aptauju un pieejamajā statistikā par procesu atkarībām, tāpat galvenokārt fokusējoties uz tēmu, par kuru informācijas ir ievērojami vairāk nekā par pārējām divām – azartspēlēm. Attiecībā uz internetu un videospēlēm informācija pieejama galvenokārt no avotiem, kas raksturo skolēnu auditoriju. Interneta gadījumā tāpat skatīta statistika, kas liecina par tā izplatības un lietošanas prakšu maiņu.

Literatūras analīze pievērsās šādiem jautājumiem:

1. jēdzienu definējums;
2. azartspēļu regulējums ārvalstīs;
3. interneta un spēļu pārmērīgas lietošanas prakses ārvalstīs.

Tāpat literatūras analīze sniedza iespēju iepazīties ar virkni instrumentāriju, kas vēlāk tika izmantoti atkarību un to ietekmes mērīšanai pētījuma kvantitatīvajā daļā.

Lai sagatavotos pētījumam, tika veikta **mediju tekstu analīze** latviešu un krievu valodās portālā "Delfi" 2009.-2017. gada periodā. Kopumā "Delfi" portālā atrodams salīdzinoši neliels skaits publikāciju, kur minētas atkarības tiešā nozīmē. Ar tagu "atkarība" delfi.lv atzīmētas 16 publikācijas sadaļā "Viņa". No tām viens raksts veltīts azartspēļu atkarībai, divi - atkarībai no sociālajiem tīkliem. Azartspēles minētas arī vienā no rakstiem par attiecībām ar vīriešiem. Vairāk publikāciju veltīts alkohola atkarībai (4), ēdienam (5), vēl divas piemin alkoholu kā blakus aspektu, smēķēšanai (3), mazāk - psihiskām saslimšanām. Otra sadaļa, kur tiek publicēta informācija, ir "Cālis", kas veltīta bērniem, šajā gadījumā pusaudžiem.

Rus.delfi.lv publikāciju skaits, kas veltīts atkarību tēmai ir zemāks. Procesu atkarībai veltīti raksti publicēti tehnoloģiju sadaļā (kopumā 2 raksti).

Kopumā "Delfi" tika analīzei atlasītas 12 publikācijas un to komentāri – 10 no tām latviešu valodā, 2-krievu valodā. Daļā no tām procesu atkarības jautājumi ir tikai daļa no satura. Publikācijas, kur procesu atkarība ir tikai netieši pieminēta, netika atlasītas.

1.2. KVANTITATĪVĀS METODES

Pētījuma ietvaros tika veikta 15-64 gadus vecu **iedzīvotāju aptauja**.

1.2.1. Aptaujas norise, apstrāde un analīze

Aptauja tika veikta respondentu dzīvesvietās ar CAPI metodi (tiešās intervijas, izmantojot planšetdatorus). Izlase tika veidota 64 stratu ietvaros:

1. 6 Rīgas administratīvi teritoriālās vienības;
2. 8 valsts nozīmes pilsētas;
3. novadu pilsētas, kas katra plānošanas reģiona (izņemot Rīgu) ietvaros stratificētas 5 kvintilēs atbilstoši novadu Teritoriālās attīstības indeksam (kopā 25 stratas);
4. novadu lauku teritorijas, kas katra plānošanas reģiona (izņemot Rīgu) ietvaros stratificētas 5 kvintilēs atbilstoši novadu Teritoriālās attīstības indeksam (kopā 25 stratas).

Izlases veidošanā tika izmantota 2018.gada 22.martā no PMLP saņemtā iedzīvotāju deklarēto adrešu datu bāze ar 862 305 mājsaimniecību ierakstiem visā Latvijas teritorijā. Adreses stratu ietvaros tika izvēlētas nejauši. Vispirms tika izmantots nepieciešamais adrešu skaits, kas nejaušas izlozes rezultātā nokļuva saraksta augšā. Pēc tam no saraksta tika ņemtas nākamās adreses atbilstoši nenotikušo interviju skaitam, līdz tika sasniegts stratas ietvaros nepieciešamais interviju skaits. Vienā mājsaimniecībā tika intervēts viens respondents.

Respondentu atlasē procedūra mājsaimniecību ietvaros ietvēra šādus nosacījumus:

1. respondentu atlasē tika izmantots jaunākā vīrieša princips, kurš paredz, ka tiek jautāts pēc jaunākā vīrieša ģimenē; ja tāda nav vai tas atsakās, tiek lūgts atbildēt nākamajam pēc vecuma jaunākajam mājsaimniecības loceklim, kurš atbilst mērķa grupai;
2. gadījumā, ja dzīvoklī vai mājā respondents netika sastapts, tika veikti 2 atkārtoti mēģinājumi respondentu sastapt citā laikā vai citā dienā;
3. gadījumā, ja respondents kategoriski atteicās piedalīties aptaujā, tika lūgts aizpildīt atteikušās personas anketu.

Intervijas laika posmā no 2018.gada 9.jūnija līdz 20.novembrim veica 44 SIA "Aptauju centrs" intervētāji. Intervēšanas valoda bija latviešu un krievu. Respondences rādītāji atspoguļoti zemāk:

KOPĒJAIS APMEKLĒTO ADREŠU SKAITS, tai skaitā:	12816
NAV BIJIS KONTAKTA (nav mājās, durvju kods, suns u.c.)	4837
BIJIS KONTAKTS, tai skaitā:	7979
NEATBILST MĒRĶA GRUPAI	2047
NORAI DĪJUMS (alkohola reibumā, var apdraudēt intervētāju)	89
ATTEIKUMI UN NEAPABEIGTAS INTERVIJAS, tai skaitā:	931
Mērķa grupai atbilstošas personas, kas atbildējušas uz atteikuma anketas jautājumiem	669
NOTIKUŠAS PILNAS INTERVIJAS	4912

Pēc interviju veikšanas tika veikta pārzvane, sazinoties ar 1232 respondentiem (pārbaudot pilnīgi visu intervētāju intervijas), lai kontrolētu interviju notikšanas faktu un kvalitāti. Pārzvanes rezultātā situācijas, kad būtu nepieciešams kādu interviju brāķēt, netika konstatētas.

Visas derīgās 4912 intervijas tika apkopotas datu masīvā. Tika nodrošināta datu tīrīšana.

Datu masīvs, izmantojot jaunāko pieejamo CSP statistiku, tika svērts pēc 64 teritoriālajām stratām, kā arī vecuma (10 grupās) un dzimuma (2 grupās). Dati par dzimumu pārstāvēniecību teritoriālajās stratās bija pieejami CSP datos¹, tādējādi izveidojās 128 stratas pēc teritoriālās un dzimuma pazīmes (divi dzimumi katrā no 64 teritoriālajām stratām). Tā kā sīkāki griezumā pēc vecuma katras stratas ietvaros nebija pieejami, kā arī to pielietošanu apgrūtinātu lielais apakšstratu skaits², svāri pēc vecuma katras

¹ Centrālās statistikas pārvaldes datubāze, ISG050 tabula. Iedzīvotāju skaits pēc faktiskās un deklarētās dzīvesvietas un dzimuma statistiskajos reģionos, republikas pilsētās, novados, novadu pilsētās un pagastos gada sākumā. https://data1.csb.gov.lv/pxweb/lv/iedz/iedz__iedzskaits__ikgad/ISG050.px

² Saskaldot 128 stratas katru 10 apakšstratās pēc vecuma, izveidotos 1280 apakšstratas, kurās sašķelt 4912 respondentus nebūtu iespējams, jo neizbēgami veidotos apakšstratas, kas izlasē nebūtu pārstāvētas.

stratas ietvaros tika veidoti atbilstoši vecumgrupu proporcijām ģenerālkopā³. Abu svaru grupu (128 stratas pēc teritoriālās un dzimuma pazīmes, kā arī 10 grupas pēc vecuma pazīmes) kombinācija tika veidota ar SPSS līdzekļiem, izmantojot João Duarte izstrādāto svaru apvienošanas sintaksi, kas publicēta SPSS lietotāju forumos⁴.

Kvantitatīvie dati tika analizēti, izmantojot viendimensionālās un multidimensionālās statistiskās analīzes metodes, kā arī parametru novērtējuma metodes. Analīzei tika izmantota statistiskās analīzes programma SPSS un Microsoft Excel elektroniskās tabulas.

1.2.2. Aptaujas saturs

Aptaujas anketa ietvēra šādus nozīmīgākos blokus:

1. līdzdalība azartspēlēs un loterijās;
2. interneta lietošanas paradumi;
3. videospēļu spēlēšanas paradumi;
4. attieksmes un zināšanas par procesu atkarībām, kontroles paradumi;
5. veselība un sociālie apstākļi, līdzatkarība;
6. palīdzības meklēšana;
7. demogrāfiskie jautājumi.

Pirms anketēšanas uzsākšanas tika veikta tās pilotāža.

1.2.3. Instrumenti atkarību un to seku mērīšanai

Anketā bija iekļauta virkne instrumentu atkarību vai tās seku mērīšanai, ko šeit apskatīsim atsevišķi.

Problemātiskas azartspēļu spēlēšanas smaguma indekss (*Problem Gambling Severity Index*) tiek aprēķināts saskaņā ar tulkotu "British Gambling Prevalence Survey 2010" metodiku, ņemot vērā atbildes uz 9 jautājumiem:

- Vai jūs likāt likmes vairāk, nekā reāli varat atļauties zaudēt?
- Vai bija nepieciešams azartspēlēm tērēt arvien vairāk naudas, lai gūtu tādu pašu gandarījumu kā iepriekš?
- Vai pēc spēlēšanas kādā no nākamajām dienām atgriezāties, lai laimētu atpakaļ iepriekšējā reizē zaudēto naudu?
- Vai esat aizņēmis naudu vai kaut ko pārdevis, ieķīlājis, lai iegūtu naudu spēlēšanai?
- Vai jums ir bijusi sajūta, ka jums varētu būt problēmas ar spēlēšanu?

³ Centrālās statistikas pārvaldes datubāze, IRG030 tabula. Vidējais vecums un iedzīvotāju skaits pēc vecuma un dzimuma statistiskajos reģionos un republikas pilsētās gada sākumā.
https://data1.csb.gov.lv/pxweb/lv/iedz/iedz__iedzrakst/IRG030.px

⁴ Skatīt, piemēram:

<http://spsstools.net/en/syntax/syntax-index/compute/weight-data-based-on-2-or-more-vars/>

- Vai spēlēšana jums ir izraisījusi kādas veselības problēmas, ieskaitot stresu un trauksmi?
- Vai cilvēki ir kritizējuši jūsu aizraušanos ar spēlēm vai teikuši jums, ka jums ir problēmas ar azartspēlēm, neatkarīgi no tā, vai jūs domājat, ka viņiem ir taisnība vai nav?
- Vai azartspēļu spēlēšana jums vai jūsu mājsaimniecībai ir radījusi finansiālas problēmas?
- Vai esat juties vainīgs par to, kā jūs spēlējat, vai par to, kas notiek, kad jūs spēlējat?

Uz katru no jautājumiem iespējamās atbildes “Nekad” (0 punktu), “Reizēm” (1 punkts), “Bieži” (2 punkti) un “Ļoti bieži” (3 punkti). Indeksa aprēķinā tiek saskaitīti visi iegūtie punkti, tādējādi maksimālā iespējamā summa ir 27 punkti, bet minimālā – 0 punktu. Tālākā interpretācija ir saskaņā ar “British Gambling Prevalence Survey 2010”:

Punktu summa	Interpretācija
0	Nepastāv problēmas saistībā ar azartspēļu spēlēšanu
1-2	Zema līmeņa problēmas ar maz vai neidentificētām negatīvām sekām
3-7	Vidēja līmeņa problēmas ar dažām negatīvām sekām
8-27	Problēmas ar azartspēļu spēlēšanu ar negatīvām sekām un iespējamu kontroles trūkumu

Jangas interneta atkarības skala tulkota no Vartberga et al. 2016. gada pētījuma. Tā tiek aprēķināta, ņemot vērā pozitīvo (“Jā”) atbilžu skaitu uz 8 jautājumiem:

1. Vai jūtaties pārņemts ar internetu (domājat par iepriekšējo tiešsaistes aktivitāti vai gaidāt nākamo tiešsaistes sesiju)?
2. Vai jūtat nepieciešamību aizvien ilgāk izmantot internetu, lai gūtu gandarījumu?
3. Vai esat vairākkārt neveiksmīgi mēģinājis kontrolēt, pārtraukt interneta izmantošanu vai samazināt tā izmantošanas laiku?
4. Vai jūtaties nemierīgs, skumjš, apbēdināts vai viegli aizkaitināms, kad mēģināt samazināt interneta izmantošanas laiku vai beigt to izmantot?
5. Vai tiešsaistē paliekat ilgāk, nekā sākotnēji plānojat?
6. Vai interneta dēļ esat pakļāvis briesmām vai riskējis zaudēt nozīmīgas attiecības, darbu, izglītības vai karjeras iespējas?
7. Vai esat ģimenes locekļiem, ārstam, psihologam vai citiem melojis, lai noslēptu to, cik bieži un kādā apmērā izmantojat internetu?
8. Vai jūs izmantojat internetu, lai izbēgtu no savām problēmām vai uzlabotu garastāvokli (piemēram, mazinātu bezpalīdzības, vainas, trauksmes, nomāktības izjūtu)?

Negatīvās (“Nē”) un neitrālas (“Grūti pateikt”) atbildes netiek diferencētas – tās dod 0 punktu. Tādējādi kopējā punktu summa var būt robežās no 0 līdz 8. Tālākais interpretācijas mehānisms aizgūts no Miharas et al. 2016. gada pētījuma, jo sniedz detalizētākas analīzes iespējas, salīdzinot ar Vartberga et al. piedāvāto.

Punktu summa	Interpretācija
0-2	Adaptīvi interneta lietošanas paradumi
3-4	Mazadaptīvi/traucēti interneta lietošanas paradumi
5-8	Problemātiski interneta lietošanas paradumi

Spēļu pieraduma skala (*Game Addiction Scale*) ņemta no Brunborg et al. 2015.gada pētījuma. Metodikā ir 7 apgalvojumi:

1. Vai esat visas dienas garumā domājis par spēlēšanu?
2. Vai esat veltījis spēlēšanai arvien vairāk un vairāk laika?
3. Vai jūs spēlējat, lai aizmirstu par ikdienu?
4. Vai līdzilvēki ir nesekmīgi mēģinājuši ierobežot jūsu spēlēšanu?
5. Vai esat juties slikti, kad nav bijis iespēju spēlēt?
6. Vai jums ir bijuši konflikti ar ģimeni, draugiem, citiem līdzilvēkiem par to, cik ilgu laiku pavadāt spēlējot?
7. Vai esat atstājis novārtā citas svarīgas nodarbes (darbu, skolu, sporta aktivitātes u.tml.), lai spēlētu?

Raksta autori secinājuši, ka indeksa aprēķinā optimāli ir izmantot tikai pēdējos 4 jautājumus, tomēr vienlaikus viņi norāda, ka ir vērts saglabāt visus 7 jautājumus, jo ievāktos datus var tikt izmantot tālākai analīzei, piemēram, par asociēto uzvedību.

Šajā pētījumā indeksa aprēķinā tiek skaitīts atbilžu “Dažreiz”, “Bieži” un “Ļoti bieži” skaits pēdējos 4 jautājumos (šīs atbildes netiek diferencētas – katra dod 1 punktu), pretnostatot tās atbildēm “Nekad” un “Reti”, kuras punktus nedod. Tādējādi iespējamā punktu summa ir no 0 līdz 4. Rezultāti tiek interpretēti šādi:

Punktu summa	Interpretācija
0-1	Cilvēki, kam nav problēmu ar videospēļu spēlēšanu
2-3	Cilvēki, kam ir problēmas ar videospēļu spēlēšanu
4	Cilvēki, kas cieš no videospēļu atkarības

Pacienta veselības anketas skala (*Patient health questionnaire; PHQ-9*) kalpo kā depresijas skrīninga tests. Testa ietvaros jānovērtē, vai pēdējo 2 mēnešu laikā bijušas kādas no šīm problēmām:

1. Interēšu un dzīvesprieka trūkums;
2. Slikts/nomākts garastāvoklis, nospiestība vai bezcerības sajūta;
3. Grūtības iemigt, caurs/trausls miegs vai pārāk ilga gulēšana;
4. Nogurums vai enerģijas trūkums;
5. Pazemināta ēstgriba vai pārēšanās;
6. Neapmierinātība ar sevi – sajūta, ka esi neveiksminieks vai arī ka esi pievīlis savas vai ģimenes cerības;
7. Grūtības koncentrēties, piemēram, lasīt avīzi vai skatīties TV;
8. Kustības un runa bija tik lēna, ka citi cilvēki to varēja pamanīt. Vai pretēji – bijāt tik satraukts un rosīgs, ka kustību aktivitāte kļuva lielāka nekā parasti;
9. Domas, ka labāk būtu nomirt vai kaut kā ievainot sevi.

Katra no problēmām tiek vērtēta skalā “Nemaz” (0 punktu), “Vienu vai dažas dienas” (1 punkts), “Vairumā dienu” (2 punkti), “Katru vai gandrīz katru dienu” (3 punkti). Iegūtie punkti tiek summēti, tādējādi iespējams iegūt summu no 0 līdz 27. Punkti tiek interpretēti šādi:

Punktu summa	Interpretācija
0-4	Nav depresijas vai minimāla depresija
5-9	Viegla depresija
10-14	Vidēji izteikta depresija
15-19	Vidēji smaga depresija
20-27	Smagi izteikta depresija

Tomēr neatkarīgi no iegūtās punktu summas rezultāts tiek interpretēts kā “Nav depresijas vai minimāla depresija”, ja ne 1., ne 2.apgalvojumā (vismaz vienā no tiem) nav atbildes “Vairākumā dienu”;

Ģeneralizētās trauksmes traucējumu (*Generalized Anxiety Disorder; GAD-7*) tests arī vaicā par situāciju pēdējo 2 nedēļu laikā un ietver 7 apgalvojumus:

1. Jūtāt nervozitāti, raizes vai sasprindzinājumu;
2. Nespējāt nomierināties vai kontrolēt satraukumu;
3. Pārmērīgi satraucāties par dažādām lietām;
4. Bija grūtības atslābināties;
5. Bijāt tik nemierīgs, ka nespējāt nosēdēt uz vietas;
6. Viegli kļūvāt aizkaitināms;
7. Jūtāt bailes, ka varētu notikt kaut kas šausmīgs.

Katrs no apgalvojumiem tiek novērtēts skalā: “Nemaz” (0 punktu); “Dažas dienas” (1 punkts); “Vairāk kā 1 nedēļu” (2 punkti); “Gandrīz katru dienu” (3 punkti). Tādējādi iegūstamo punktu kopsumma ir robežās no 0 līdz 21.

Kroenke et al. 2007. gada pētījumā secināts, ja punktu skaits ir 8 vai vairāk, tad iespējami ģeneralizētās trauksmes traucējumi.

1.3. KVALITATĪVĀS METODES

Pētījuma rezultātu precizēšanai tika veiktas 10 padziļinātās intervijas ar mērķgrupas pārstāvjiem, 11 ekspertu intervijas, kā arī 2 fokusgrupu diskusijas ar mērķgrupas pārstāvjiem.

Par pētījuma instrumentu atbilstību medicīnas ētikas normām savu atzinumu ir sniegusi Centrālā medicīnas ētikas komiteja. Visiem pētījuma dalībniekiem, izņemot ekspertus, tika nodrošināta pilnīga anonimitāte. Ja sarunas saturā parādījās informācija, kas ļauj pētījuma dalībnieku, kurš netiek intervēts kā eksperts, identificēt, tā tika koriģēta, lai identifikācijas iespēju novērstu. Tāpat sarunu ierakstu un transkripciju failiem tika piešķirti nosaukumi, kas neļauj identificēt pētījuma dalībnieku personības. Visā

pētījuma dokumentācijā un ziņojumos dalībnieki tiek raksturoti pēc identificētajām pazīmēm, dzimuma un vecuma.

Ekspertu anonimitāte tika nodrošināta tikai pēc viņu īpaša pieprasījuma. Ja tāds tika saņemts, pētnieki ekspertiem nodrošināja tos pašus anonimitātes nosacījumus, kādi ir citiem pētījuma dalībniekiem.

Padziļinātās intervijas tika ierakstītas, transkribētas, kodētas un pēc tam analizētas ar kvalitatīvo datu analīzes programmu Atlas.ti.

1.3.1. Padziļinātās intervijas ar mērķgrupas pārstāvjiem

Padziļinātajās intervijās ar mērķgrupas pārstāvjiem tika iekļauti šādi galvenie saturiskie bloki:

- Konteksta informācija un galvenās dzīves jomas, kuras ietekmē atkarības;
- Azartspēļu/ atkarības biogrāfija;
- Refleksija par atkarības pieredzi un atbalsta mehānismiem;
- Atkarību politikas novērtējums un rekomendācijas.

Kopumā tika intervētas 10 personas ar atkarības vai līdzatkarības problēmām:

Nr.	Dzimums, vecums	Dzīvesvieta	Atkarības veids	Intervijas laiks	Intervijas ilgums
1	Sieviete, 33 gadi	Pierīga	Pārmērīga interneta lietošana, spēles viedierīcēs	26.11.2018.	00:56:41
2	Vīrietis, 38 gadi	Pierīga	Azartspēles automātos, datorspēles	06.11.2018.	01:02:47
3	Sieviete, 29 gadi	Rīga	Datorspēles	04.01.2018.	01:04:27
4	Vīrietis, 33 gadi	Rīga	Azartspēles, derības	11.12.2018.	00:44:11
5	Vīrietis, 26 gadi	Rīga	Datorspēles	21.12.2018.	00:40:23
6	Vīrietis, 30 gadi	Rīga	Datorspēles	06.12.2018.	00:54:45
7	Sieviete, 20 gadi	Rīga	Datorspēles	17.12.2018.	01:53:00
8	Vīrietis, 20 gadi	Rīga	Datorspēles	18.12.2018.	00:46:14
9	Sieviete, 72 gadi	Ogres novads	Līdzatkarība no azartspēlēm	15.12.2018.	00:54:00
10	Vīrietis, 34 gadi	Rīga	Pārmērīga interneta lietošana	14.12.2018.	00:46:53

Visas intervijas bija iespējams veikt valsts valodā, tādējādi nav veikts vadlīniju tulkojums uz krievu valodu.

1.3.2. Padziļinātās intervijas ar ekspertiem

Ekspertu intervijās atkarībā no katra speciālista ekspertīzes jomas tika iekļauti jautājumi no šādiem saturiskajiem blokiem:

- Profesionālā pieredze saistībā ar azartspēļu/atkarību procesa regulēšanu, profilaksi vai ārstēšanu;
- Politikas veidošana;
- Patērētāju aizsardzības regulējums;
- Pašvaldību loma regulācijā;
- Atkarību ārstēšana;
- Profilakse.

Kopumā veiktas 11 intervijas ar ekspertiem (tai skaitā 2 dubultas intervijas):

Nr.	Vārds, uzvārds	Institūcija	Intervijas laiks	Intervijas ilgums
1	Signe Birne	Izložu un azartspēļu uzraudzības inspekcijas priekšniece	22.11.2018.	00:57:52
2	Anda Ķīvīte-Urtāne	Rīgas Stradiņa Universitāte	29.11.2018.	00:55:40
3	Andis Jacino, Elīna Korba	Latvijas Spēļu biznesa asociācija	29.11.2018.	00: 57:36
4	Madara Lapsa	Liepājas pilsētas domes Sociālā dienesta Atkarību profilakses centra vadītāja	22.12.2018.	00:54:11
5	Tatjana Grigorjeva	Rīgas Atkarību profilakses sektors, psiholoģe	30.11.2018.	00:59:45
6	Nikita Bezborodovs	Bērnu slimnīcas Psihiatrijas klīnikas vadītājs	27.11.2018.	01:02:50
7	Dace Caica	Biedrības "Esi brīvs" vadītāja	05.12.2018. (Skype intervija)	00:41:03
8	Venita Dāve	VSIA RPNC Minesotas programmas vadītāja	27.11.2018.	01:00:09
9	Līga Timša un Rolands Purvlīcis	Veselības ministrijas Sabiedrības veselības departaments, FM darba grupa Azartspēļu pamatnostādņu izstrādē	06.12.2018.	01:02:18
10	Divi NVO pārstāvji	Nevalstiskās organizācija azartspēļu atkarības jomā – vēlējās palikt anonīmi	21.12.2018.	00:56:03

1.3.3. Fokusgrupu diskusijas ar mērķgrupas pārstāvjiem

Pētījuma noslēgumā tika veiktas divas fokusgrupu diskusijas, no kurām viena attiecās uz azartspēļu, bet otra – uz interneta un videospēļu problemātiku.

Abās diskusijās saturiskie pamatbloki bija:

- Ierobežošanas līdzekļu uztvere, riska momenti no lietotāju perspektīvas;
- Spēles vai sociālo tīklu lietošanas uzsākšanas iemesli;

- Problēmospēlēšanas atpazīšana un atbalsta meklēšana;
- Politikas rekomendācijas.

Azartspēļu spēlētāju fokusgrupu diskusijā piedalījās 10 dalībnieki, tai skaitā 6 vīrieši un 4 sievietes. 6 no dalībniekiem pēdējā mēneša laikā bija spēlējuši spēļu automātus klātienē (tai skaitā 2 spēlējuši 2-3 reizes nedēļā), 2 spēļu automātus internetā, 1 kazino klātienē, 4 kazino internetā, 5 piedalījušies skaitļu loterijās (tai skaitā 3 no viņiem vairākas reizes nedēļā), bet 3 momentloterijās (tai skaitā 2 vairākas reizes nedēļā). Dalībnieku dalījums pēc vecuma bija apzināti novirzīts lielākā mērā uz vecākajām grupām (7 dalībniekiem bija 35 gadi vai vairāk, bet tikai 3 mazāk), ņemot vērā, ka interesējošās azartspēles jaunieši spēlē retāk.

Videospēļu un interneta lietotāju diskusijā arī piedalījās 10 dalībnieki, arī dzimumu proporcija bija identiska kā iepriekš – 6 vīrieši un 4 sievietes. Visi dalībnieki regulāri lietoja internetu, bet 6 no dalībniekiem bija arī regulāri videospēļu spēlētāji. 4 no dalībniekiem pirms tam bija norādījuši, ka, viņuprāt, viņiem ir problēmas ar interneta izmantošanu un/vai videospēļu spēlēšanu. 6 no dalībniekiem bija jaunāki par 35 gadiem, bet 4 – vecāki.

2. PROCESU ATKARĪBU DEFINĒJUMS UN AR TO SAISTĪTĀ RĪCĪBPOLITIKA

2.1. ATKARĪBAS DEFINĒJUMA PROBLEMĀTIKA

Procesu atkarības starptautiskajā literatūrā nav viennozīmīgi definētas. Kā aprakstošie termini starptautiskā literatūrā tiek lietoti gan “procesu atkarība”, gan “biheiviorālā atkarība” (Stein et al. 2010) taču ne Starptautiskā slimību klasifikācija (SSK-10), ne Amerikas Psihiatru asociācijas Psihisko traucējumu diagnostikas un statistikas rokasgrāmata (DSM-V) nemin nevienu no šiem terminiem. Uzreiz gan jānorāda, ka abos izdevumos tiek iekļauti azartspēļu spēlēšanas traucējumi – SSK-10 tie nosaukti par “Patoloģisku tieksmi uz azartspēlēm” un ievietoti sadaļā “F63 Paradumu un dziņu traucējumi”⁵, kamēr DSM-V šī pati diagnoze nosaukta “Atkarība no azartspēlēm” un ir pagaidām vienīgā šāda veida saslimšana, kas iekļauta sadaļā “Veselības traucējumi, kas nav saistīti ar vielu lietošanu” (*Non-Substance-Related Disorders*), kas ir apakšnodaļa nodaļai “Vieliskās un citas atkarības” (*Substance-Related and Addictive Disorders*)⁶. Ņemot vērā, ka DSM-V iekļauta norāde, ka šī atkarība atbilst SSK-10 definētajai patoloģiskajai tieksmei uz azartspēlēm, varam kā definīciju izmantot SSK-10 atrodamo – “Traucējumiem raksturīgas biežas un atkārtotas azartspēļu epizodes, kas ieņem galveno vietu pacienta dzīvē un atstāj kaitīgu ietekmi uz viņa sociālās, profesionālās un ģimenes dzīves vērtībām un saistībām un viņa materiālo stāvokli.” SSK-11⁷, kuru sāks izmantot 2022. gadā, ietver sadaļu par datorspēlēm un veido ar atkarīgo uzvedību saistīti traucējumu grupu, izdalot azartspēļu atkarību un datorspēļu atkarību un norādot, ka abas var izpausties gan tiešsaistē, gan bez tās.

Saistībā ar pārmērīgu interneta lietošanu bieži tiek lietots formulējums “Problemātiska interneta lietošana” (*problematic Internet use*), kas apzīmē “Interneta lietošanas paradumus, kas ir riskanti, pārmērīgi vai impulsīvi un noved pie kaitīgām sekām, kā fizioloģisku, emocionālu, sociālu vai funkcionālu traucējumu rašanās” (Jelenchick et al., 2015). Problemātiska interneta lietošanas analīzei izmantota arī Mihara et al (2016) izveidotā metodika, analizējot interneta un videospēļu spēlēšanu Japānā.

2.1.1. Procesu atkarības atspoguļojums Latvijas medijos

Uzsākot pētījumu, tika veikta mediju tekstu analīze, lai aplūkotu procesu atkarību atspoguļojumu sabiedrībā. Abās portāla “Delfi” valodu versijās rakstiem par procesu atkarību ir maz komentāru vai to nav vispār, kas norāda uz zemu lasītāju iesaistīšanos šādu jautājumu apspriešanā. Izņēmums ir raksts

⁵ Pasaules Veselības organizācija, Starptautiskā statistiskā slimību un veselības problēmu klasifikācija, 10. redakcija. Ženēva: Pasaules Veselības organizācija, 2015.

⁶ American Psychiatric Association. Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, Fifth Edition. Arlington: American Psychiatric Association, 2013.

⁷ World Health Organization. (2018). International statistical classification of diseases and related health problems (11th Revision). <https://icd.who.int/browse11/l-m/en>

latviski, kurā azartspēļu atkarība skatīta realitātes šova kontekstā – atkarība šajā gadījumā tiek apspriesta kā šova varoņa attiecību sastāvdaļa, atklājot gan atkarību izpratnes mehānismu, gan padomus. Azartspēles, ar internetu un viedierīcēm saistīti temati ir bieži skatīti portālā, taču ne pieraduma aspektā. Piemēram, pat runājot par azartspēļu ierobežojumiem, atkarība vai pieradums netiek minēta kā iemesls.

Visbiežāk visos rakstos uzmanība tiek pievērsta problemātiskas interneta lietošanas un spēļu spēlēšanas definēšanai, kas norāda, ka tēma netiek uztverta kā lasītājiem pazīstama. Daļa no rakstiem ir veidoti kā kādu projektu un organizāciju materiāli, un tajos ir maz žurnālista ieguldījuma. Izņēmums ir kāda azartspēlmaņa dzīvesstāsts un jau minētais realitātes šova dalībnieku problēmu atstāsts – šiem rakstiem ir salīdzinoši vairāk komentāru, salīdzinot ar zinātniskā valodā pasniegto informāciju. Latviski publicētajos rakstos “interneta atkarības” definējumos parasti minēta atsauce un pat termina angļiskā versija, kā arī piedāvāta klasifikācija:

- *“atkarība no tīkla (obsesīva aizraušanās ar azartspēlēm tīklā, izlozēm, iepirkšanos vai pārdošanu internetā);*
- *atkarība no informācijas (kompulsīva sērfošana tīklā vai datu bāžu apmeklēšana);*
- *datoratkarība (obsesīva datorspēļu spēlēšana).”* (Delfi, 29-09-2009)

Lasītāju komentāros termini netiek atkārtoti (vienā no komentāriem pat paustas zobgalības par raksta valodu) un “atkarība” tiek lietota kā vieglāk saprotamais un valodā iederīgais termins:

“Mans bijušais draugs bija datoratkarīgais. Tās bija šausmas. Manuprāt, tas pats, kas dzērājs mājās.” (Essa, 30.09.2009)

Arī krievu valodā publicētajos tekstos dominē svešvārdi:

Синдром фантомных звонков — это когда мозг думает, что слышит звонок мобильного телефона в кармане или “чувствует” вибрацию его же. Начинайте особенно беспокоиться о состоянии своего здоровья, если телефона в кармане в этот момент на самом деле нет. 2-09-16 [fantoma zvanu sindroms – tas ir tad, kad smadzenes domā, ka dzird mobilā telefona zvanu kabatā vai “jūt” tā vibrāciju. Par savas veselības stāvokli sāciet īpaši uztraukties, ja tajā brīdī telefona kabatā īstenībā nav]

Paradumi, kas saistīti ar azartspēlēm, datorspēlēm un interneta lietošanu, ir saistīti ar zināmu ambivalenci – te pieraduma pamatu veido process nevis konkrēta substance, tas veidojas pakāpeniski, un nav skaidri iezīmētas robežas, kad pieradums kļūst bīstams. Visprecīzākais nošķīrums atkarībai, kas lietots lielākajā daļā rakstu, ir **kontroles zudums** pār nodarbi. Tas raksturo gan ar azartspēlēm, gan ar interneta lietošanu saistītās nodarbes:

Daudzi viņa mēģinājumi cīnīties ar šo apmātību beidzās ar neveiksmi. “Es biju azartspēlmanis, bet es nebiju idiots.” Viņš ļoti labi sapratis, ko tas viņam nodara. Zinājis, ka vajag apstāties, bet nespēja. “Ja tu varētu sajust to milzīgo piepūli un spēku, ko esmu ielicis, lai es varētu pārtraukt to visu, tad tu saprastu, ka es vairāk nevarēju. To nav iespējams tā pārtraukt – vienkārši ar gribasspēku.” (LV17-10-17)

Gan pašos rakstos, gan komentāros lielākās domstarpības izraisa “interneta atkarības” robežas. Interneta lietošana un tiešsaistē pavadītais laiks vien nevar kļūt par atkarības mēru, kā tas iespējams

azartspēļu gadījumā. Viens no strīdīgākajiem veidiem, kas ļauj noteikt atkarības problēmu, ir **interneta lietošanas mērķa** nošķirums:

Tomēr ne vienmēr ir viegli noteikt, kad aktīva sociālo tīklu lietošana ir darbs, kad hobijs un kad tā kļūst par atkarību. (LV05-01-17)

Proti, interneta lietošana kļūst riskanta, ja to dara ar darbu vai citu ar konkrētu mērķi nesaistītu iemeslu dēļ. Otra šķirtne ir ar interneta lietošanu saistītu pazīmju parādīšanās – aizrautība, ieguldījumi utt. Taču, kā norāda lasītāji komentāros, līdzīgas sekas ir arī citiem hobijiem – grāmatu lasīšanai vai dārzkopībai.

Pie pazīmēm tiek uzskaitītas arī **emocionālā stāvokļa pārmaiņas** – dators tiek izmantots, lai izjustu prieku, gandarījumu vai atvieglojumu:

Pārtraucot ar datoru saistītās aktivitātes, parādās disforiski simptomi - nemiers, aizkaitināmība, miega traucējumi, palielināta trauksmainība, nomāktība vai naidīgums. (LV29-09-09)

Šīs pazīmes arī tiek uzskaitītas, lai palīdzētu vecākiem, tomēr uzskaitījumos dominē medicīniska rakstura apzīmējumi, kas mērķauditorijai var nebūt saprotami. Azartspēļu atkarības cēloņi nav apskatīti, taču novēršanas padomos sociālo attiecību uzlabošana ir minēts kā risinājums atkarību problēmām.

2.1.2. Atkarību atspoguļojums interviju un diskusiju datos

Šis pētījums rāda, ka arī speciālistu vidū procesu atkarības jēdziena lietojums joprojām ir neviennozīmīgs. Pirmkārt, problemātika lielā mērā saistīta ar to, ka uzvedība un paradumi, kas tiek skatīti kā procesu atkarība, bieži ir salīdzinoši nesenās parādības, kas nozīmē, ka to definēšana un skaidrošana ir šobrīd vēl noritošs aktīvs process. Otrkārt, definējums ir atkarīgs no priekšmeta vai aspekta, ar kuru problemātiskā aizraušanās saistīta. Turklāt nav izveidojusies vienota pieredze, lai vērtētu paradumu ietekmi uz veselību:

Arī angļu valodā tie termini ir ārkārtīgi daudz - behavioral addiction, process addiction, paradumu atkarības; citi atkal koncentrējas nevis uz procesu, bet uz izmantoto priekšmetu - gadžetu atkarība, TV, telefona, datora atkarība. Man nav labas atbildes. Pati joma ir relatīvi jauna. (Anda Ķīvīte, sabiedrības veselības speciāliste)

Treškārt, kā norāda darbinieki dažādās institūcijās, kuras jau šodien strādā ar personām, kurām ir problēmas ar kādu no augstāk minētajiem aizraušanās veidiem, praksē priekšplānā izvirzās sociālie jautājumi, un medicīniskai diagnozei ir sekundāra nozīme.

Mums nav vispār ļoti nozīmīgi definēt, vai viņš ir atkarīgs. Mēs paliekam pie tā, ka atkarība ir slimība, ka diagnozi var uzstādīt tikai narkologs vai cilvēks pats atzīt, ka viņš ir atkarīgs. Mums tādu tiesību nav pat – ja mums ir skaidri redzams, ka viņš ir atkarīgs, mēs vienalga arī savos atzinumos mēs viņam dodam "iespējamu atkarību". Mēs jau priekš sevis zinām – ja kāds ir uzrakstījis "iespējamu", tad ir skaidrs, ka (iesmejas), nu, ka tur ir. Bet mēs raugāties, vai ir kādas negatīvas sekas, kas ietekmē tavu dzīvi, no lietošanas, spēlēšanas, laika pavadīšanas kaut kur. Tad, ja ir kādas problēmas no tā, tad mēs strādājam, lai tās problēmas risinātu. Mums nav būtiski definēt, vai viņš ir atkarīgs vai nav. (Madara Lapsa, Liepājas Atkarību profilakses centra vadītāja)

Ar šiem jautājumiem strādājošo speciālistu un intervijās ar atkarīgajām personām teiktais parāda, ka, gan speciālisti, gan paši spēlētāji/interneta lietotāji saskaras ar problēmām, ko raisa pastiprināta spēlēšana vai interneta lietošana, taču atkarības jēdzienu lielākā daļa tomēr lieto negribīgi. Tas var būt saistīts gan ar iepriekš pieminēto atkarības jēdziena problemātiku un stigmatizāciju, gan to, ka ar procesu atkarību saistītie jautājumi bieži tiek saskatīti kā problemātiski un risināmi labklājības sektorā.

Šajā gadījumā es pievienojos tai ekspertu pusei, kas uzskata, ka videospēļu atkarības iekļaušana ir, pirmkārt, pāragra, jo tā nebalstās faktos, viņa balstās sabiedriskos pierādījumos. Latvijas kontekstā tas vēl jo mazāk ir vēlams, tāpēc ka šeit kā jau visās postpadomju zemēs, šeit atkarība tomēr ir ar spēcīgu stigmatu. Piemēram, mēs savā centrā darām, mēs ārkārtīgi mēģinām destigmatizēt šo lietu. Pirmkārt, vecāki negrib, protams, ka viņu bērni būtu atkarīgie. Tas uzliek tādu nosacītu stigmatu "tu esi atkarīgs", tam seko līdzī visādi. (Nils Konstantinovs, psihoterapeits)

Latvijas situācijā "sabiedriskie pierādījumi" tiek definēti kā kādas negatīvas sekas, kas saistītas ar datora, telefona vai azartspēļu lietošanu. Turklāt lietošanas paradumi ir atkarīgi no sociālā konteksta. Viena un tā pati darbība, piemēram, datora lietošana darba vajadzībām un izklaidēm tiek vērtēta atšķirīgi, lai arī pārmērīgas lietošanas ietekme uz veselību varētu būt līdzīga. Atkarību vai paradumu stigmatizāciju apraksta arī citi pētījuma dalībnieki, norādot, ka tā traucē atkarīgajai personai meklēt palīdzību un pārmērīgi nostiprina individuālās atbildības nozīmi problēmas risināšanā.

Kamēr vielisko atkarību gadījumā ir iespējams novērot bioloģiskas un fizioloģiskas pazīmes, kas liecina par atkarības iestāšanos, procesu atkarību gadījumā pazīmes pamanīt grūtāk. Tas padara atpazīšanas procesu sarežģītāku gan speciālistiem, gan atkarīgo personu ģimenes locekļiem un draugiem. Šī problēma ir īpaši izteikta problemātisku interneta lietošanas paradumu, īpaši gadījumā, ja cilvēka karjera saistīta ar aktīvu interneta un sociālo tīklu izmantošanu vai ar e-sporta specifiku. Tādējādi atkarības jēdzienu gan profesionāli, gan sabiedrība lieto, lai aprakstītu uzvedību, kura, piemēram, azartspēļu gadījumā, saistīta ar būtiskiem finansiāliem zaudējumiem, kamēr attiecībā uz interneta un videospēļu problemātisku lietošanu šo kaitējumu ir grūtāk attiecināt:

Tikai, ja ir sekas. Skolniekam – ja pasliktinās sekmes, ja sāk kavēt skolu, ja sākas veselības problēmas, tad mēs kā speciālisti varam izvērtēt. Vienkārši filozofēt nē, jābūt konkrētiem signāliem, kuri liecina par sekām. Vai tur būs ļoti agresīva uzvedība. Vai arī finanses sāk pazust. (Venita Dāve, VSIA RPNC Minesotas programmas vadītāja)

Sīkāk šie jautājumi aplūkoti 5.nodaļā. Te norādām, ka spriedze un neziņa, ko izjūt sabiedrības locekļi attiecībā uz procesu atkarībām, spilgti atklājās fokusgrupu diskusijas laikā, kur dalībnieki, cenšoties definēt kaitējumu, ko rada pārmērīga videospēļu spēlēšana, radīja terminu "pozitīva atkarība":

Es aizstāvēšu arī, ka, piemēram, ja cilvēks pavada kaut kādas 6 stundas, kas pat nav vistrakākais, spēlē videospēles, paņemot citu piemēru. Piemēram, jaunietis nodarbojas ar kokapstrādi vai metālapstrādi. Vai viņš no vietas to dara 6 stundas? Vai viņam no tā ir atkarība? Es to ļoti apšaubu. Jā, tas viņam var būt viens no mīļākajiem hobijiem, viņš to var darīt ikdienā, viņš ar to var aizrauties, viņš ar to var nepelnīt naudu, reāli īsti neko neiegūt, bet tā viņam var būt sirdslieta, tas viņam var patikt. Tajā pašā brīdī, ja viņam to atņems, nu, labi, tas var būt kaut kas tāds, bez kā viņš var arī izdzīvot, kas viņam nav vajadzīgs ikdienā, tas viņam vienkārši ļoti patīk!

[Tā] ir atkarība!

Pozitīva atkarība. (Fokusgrupu diskusija, sieviete, 20 gadi; vīrietis 43 gadi; vīrietis, 30 gadi)

Līdzīgi arī “interneta atkarība” diskusijas dalībniekiem asociējās ar dažādiem ikdienas dzīves atvieglojumiem – banku maksājumiem, vieglāku komunikāciju ar valsts iestādēm. Ja sakari nav pieejami, tad dalībnieki jūtas apmulsuši un piedzīvo sarežģījumus, šādi saprotot savu “atkarību” no interneta.

Kopumā “procesu atkarība” nav veiksmīgs apzīmējums, jo aptver pārāk dažādus procesus un nav piemērots Latvijas sociāli kulturālajam kontekstam. Komunicējot šos jautājumus sabiedrībai, ieteicams izvēlēties mazāk problemātiskus apzīmējumus, piemēram, izmantojot procesa tipoloģiju. Tālāk šajā nodaļā apkopota starptautiskā pieredze atbilstoši katram procesa veidam, skatot gan regulējumu, gan pieeju procesu interpretācijai.

2.2. AZARTSPĒĻU REGULĒJUMA POLITIKA ES

ES vienota azartspēļu regulējums kļūst aktuāls ar vienoto tirgu un spēļu izplatību tiešsaistē. 2012. gadā Eiropas Komisija publisko Komunikāciju "Uz vienotu Eiropas ietvaru tiešsaistes azartspēlēm" (Communication from the Commission to the European Parliament, the Council, the European Economic and Social Committee and the Committee of the Regions: Towards a comprehensive European framework for online gambling), kas kalpo par tālāku rīcības plānu, kā arī darba dokumentu, kas ietver problēmas analīzi. Tajā nelielā sadaļā apskatīta arī "problemātiskas" azartspēļu spēlēšanas prevalence (0,5%-3% saskaņā ar dažādi iegūtiem datiem dažādās dalībvalstīs (turpat)). Politikas pieejā iezīmējas konflikts starp azartspēļu pienesumu ekonomikai un kaitējumu (galvenokārt vietējai) sabiedrībai, kuru mēģina līdzsvarot ar sabiedriski atbildīgu pieeju azartspēļu organizēšanā, novirzot no azartspēlēm nodokļos iegūto līdzekļu daļu publiskā sektora finansēšanai. Uz šo kā problēmu norāda Nikkinen (2014), piebilstot, ka tiešie zaudējumi, piemēram, veselības aprūpes pakalpojumi personām, kurām spēlēšana rada problēmas, vai izdevumu pieaugums pēc likumsargu iejaukšanās netiek pilnībā apzināti. Līdzīga pieeja sastopama attiecībā uz loterijām, kuras, lai gan skata kā no azartspēlēm atšķirīgu izklaides veidu, tomēr piedāvā līdzīgu spēlēšanas procesu (turpat, 5. lpp). Arī loterijas tiek primāri skatītas kā valsts ienākumu kanāls nevis kā potenciāls kaitējums individuāliem spēlētājiem. Latvijā šī saikne starp valsti, patriotismu un loterijām labi redzama Latvijas Loto koncepcijā⁸, kur piedalīšanās loterijā un klienta finansiālais pienesums tiek reklamēta kā atbalsts sociāliem jautājumiem.

Elektroniskās azartspēļu spēlēšanas iespējas, ar to saistītais pārnacionālais (starptautiskais) tirgus piedzīvo strauju pieaugumu, ģenerējot arī spēlēšanas kāpumu un industrijas peļņu. ES dalībvalstu politika te sastopas ar izaicinājumiem nacionālajam azartspēļu monopolam, valstu iekšienē dažādi regulējot piekļuvi spēļu vietnēm.

Nikkinen (2014) apkopo vairākus iemeslus, kāpēc ar azartspēlēm saistīti riski tiek uztverti kā atšķirīgi no citu atkarību riskiem:

1. azartspēļu produkti šķiet bīstami no sabiedrības veselības skatupunkta, tomēr tiem nepielieto līdzīgu brīdinājumu sistēmu kā alkoholam vai tabakas izstrādājumiem;
2. azartspēles nekad nav testētas to kaitīguma ziņā, un nav datu par to lietošanas radītajiem riskiem;
3. azartspēļu kaitējums un prevalences līmenis nav bijis tik apjomīgs, lai apdraudētu sabiedrības veselības sistēmu un tās spēju cīnīties ar sekām, tomēr dati rāda, ka ar azartspēļu liberalizāciju interneta vidē šis kaitējums var strauji pieaugt.

Azartspēļu regulējums Eiropā dažādās valstīs ir atšķirīgs (licences, valsts monopoli u.c.). Ārzemju prakses izvērtējumam ir atlasītas šādas valstis:

- Zviedrija (valsts monopola sistēma), kur patlaban ievieš jaunas likumdošanas iniciatīvas azartspēļu jomā;
- Dānija (licences sistēma), kura literatūrā bieži tiek minēta kā paraugs sociālās atbildības standartu ziņā;
- Īrija (nav fiksētas pieejas), kurā politikas reforma sākās 2010.gadā;

⁸ Skat. <https://www.latloto.lv/lv/par-latvijas-loto/>

- Nīderlande (valsts monopola sistēma), kur politikas modernizācija sākusies kopš 2014. gada.

2.2.1. Zviedrija

Zviedrija (publiskā monopola sistēma) ar 2019. gadu ievieš jaunu likumdošanas iniciatīvu azartspēļu jomā, stiprinot nacionālo licencēšanas sistēmu un atbildīgu azartspēļu spēlēšanu⁹. Kopš 1980-iem gadiem Zviedrijā problemātiska spēlēšana tiek uztverta kā sabiedrības veselības problēma. Kā norāda Binde (2014), Zviedrijā ir labi attīstīta spēlēšanas prevalences novērtēšana un monitorēšana, taču mazāk pētīti problemātiskās spēlēšanas novēršanas aspekti. Zviedrijā tiek regulāri veikti un publiskoti problemātiskās spēlēšanas apsekojumi¹⁰.

Zviedrijas Nacionālā audita birojs 2012. gadā publiskotajā revīzijā (The Government's role on the gambling market – are targets achieved?) pievērsās azartspēļu sociālās drošības un kontroles jautājumiem, tai skaitā arī mērķim sabiedrības veselības jomā – mazināt kaitējumu, kas rodas no pārmērīgas azartspēļu spēlēšanas. Audita ziņojums rāda, ka, lai arī kopējā pārmērīgas spēlēšanas prevalence nav mainījusies, tā palielinājusies atsevišķās sociālās grupās un kopumā līdz ar azartspēļu mārketingu un pieejamības palielināšanos rada pieaugošu azartspēļu kaitējuma risku. Ziņojums vērtē valsts monopola darbības efektivitāti nelegālas spēlēšanas novēršanā un aizsardzības sniegšanā pret pārmērīgu spēlēšanu.

Ieteikumi valdībai ietver:

1. papildināt likumu ar precīzu katras institūcijas atbildības sadali azartspēļu kaitējuma novēršanai un precīzāk definēt azartspēļu marketinga ierobežojumus;
2. Zviedrijas Nacionālajam sabiedrības veselības institūtam uzdot veicināt preventīvo pasākumu attīstību un koordināciju;
3. investēt resursus patoloģiskas spēlēšanas un tās novēršanas mehānismu izpētē, paplašinot valdības pierādījumos balstītas politikas bāzi;
4. nozīmēt galveno atbildīgo institūciju patoloģiskas spēlēšanas ārstēšanai;
5. izvērtēt un nodrošināt, lai azartspēļu monopolkompānija atbalsta atbildīgu azartspēļu spēlēšanu, atbildības izvērtēšanā izmantojot klienta perspektīvu.

Savukārt valsts monopolkompānijai ieteikts:

1. piekopt mērenāku un ierobežotu mārketinga politiku;
2. nodrošināt obligātus spēlēšanas ierobežošanas pasākumus, taču ļaut spēlētājiem tos noteikt pašiem;
3. pārskatīt produktu klāstu un ar tiem saistīto riska pakāpi, kā prioritāti izvirzot sociālās aizsardzības un atbildības faktorus;
4. apmācīt produktu izstrādātājus un darbiniekus, kas nonāk saskarsmē ar klientiem, lai tie varētu sniegt klientiem zināšanas un prasmes atbildīgā azartspēļu spēlēšanā;

⁹ Skat.: <http://www.government.se/government-policy/gambling-policy/>

¹⁰ Skat., piemēram, <https://www.folkhalsomyndigheten.se/the-public-health-agency-of-sweden/living-conditions-and-lifestyle/alcohol-narcotics-doping-tobacco-and-gambling/gambling/>

5. strādāt ar grupām, kurās ir augsta patoloģiskas azartspēļu spēlēšanas prevalence.

Jaunā azartspēļu politika kā mērķi uzstāda skaidru un drošu azartspēļu tirgu, kurā sociālo aizsardzību nodrošina kontrolēts pieprasījums pēc spēlēšanas. Savukārt valdības un pašvaldību mērķis ir mazināt pārmērīgas spēlēšanas radīto kaitējumu. Politikas dokuments balstās faktā, ka spēļu pieejamība un dizains stingri korelē ar azartspēlēm saistītu problēmu veidošanos iedzīvotāju vidū un īpaši jauniešu vidū. Līdz ar to problemātisku spēlēšanu tiek paredzēts mazināt ar kontrolētu piekļuvi azartspēlēm. Būtisks politikas mērķis ir vienlīdzīgas pieejas nodrošināšana labas kvalitātes atbalstam un azartspēļu radītā kaitējuma ārstēšanai personām ar azartspēļu spēlēšanas problēmām. Personām ar spēlēšanas problēmām un viņu ģimenes locekļiem jānodrošina daudzveidīgs atbalsts veselības aprūpes, sociālā atbalsta institūcijās un vērtību jomā balstītās organizācijās¹¹.

2.2.2. Dānija

Dānija tiek minēta kā piemērs regulējumam sociālās atbildības jomā, un tajā darbojas licences regulējuma sistēma. Līdzīgi kā Zviedrijā azartspēļu radītais kaitējums tiek definēts kā problemātiska vai kompulsīva azartspēļu spēlēšana. Nacionālā veselības padome to definē kā “atkārtotas spēlēšanas epizodes, kas pārvalda indivīda dzīvi uz sociālo, karjeras un ģimenes vērtību un saistību rēķina”¹².

Azartspēļu likums iedala spēles 3 kategorijās¹³:

1. loterijas, kur laimēšana balstās nejaušības (veiksmes) principā;
2. kombinācijas spēlēs, kur laimēšana balstās spēlētāja prasmju un veiksmes kombinācijā;
3. likmju likšana, kas balstās kāda notikuma rezultātā.

Katram no spēļu veidiem izstrādātas atsevišķas vadlīnijas.

Dānijā nodokļa ienākumi no spēļu mašīnām tiek novirzīti problemātiskās spēlēšanas izpētei un ārstēšanai. Ir pieejami vairāki centri, kuri specializējušies tieši problemātiskās spēlēšanas ārstēšanai. Dānijas Azartspēļu aģentūra (*Spillemyndigheden, Danish Gambling Authority*) ir atbildīga par spēlmaņu reģistra uzturēšanu un informēšanu par azartspēļu radīto kaitējumu. Tās mājas lapā ir atrodamā viegli pieejama informācija par palīdzības meklēšanu problemātiskās spēlēšanas gadījumos.

Lai mazinātu azartspēļu izraisīto kaitējumu, Dānijas Azartspēļu aģentūra ir izstrādājusi virkni vadlīniju dažādiem azartspēļu veidiem. Vadlīnijas Likmju un tiešsaistes kazino operatoriem (*Guidelines for operators of betting and online casinos (2017, atjaunots 2018)*) attiecībā uz spēlēm tiešsaistē nosaka vairākus preventīvus ierobežojumus kā minimālās prasības azartspēļu operatoriem:

1. iespēja izslēgt sevi no individuālu operatoru klientu loka – uz īsu (“atdzišanas”) periodu, pagaidu periodu (1 mēnesis) vai patstāvīgu izslēgšanu (spēlētāja profils tiek slēgts vismaz uz gadu);

¹¹ Skat. <http://www.government.se/government-policy/gambling-policy/objective-of-gambling-policy/>

¹² Skat. <https://spillemyndigheden.dk/en/problem-gambling>

¹³ <https://iclg.com/practice-areas/gambling-laws-and-regulations/denmark>

2. brīvprātīgi izslēgto spēlētāju reģistrs (*Register of Self-Excluded Persons, ROFUS*), kuru uztur Dānijas Azartspēļu aģentūra, ļauj reģistrēties 24 stundu, 1, 3, 6 mēnešu vai permanentai izslēgšanai. Reģistrējot jaunu spēlētāju, operatoram ir jāpārbauda reģistra ieraksti. ROFUS aptver informāciju par spēlmaņa personas identifikācijas numuru (dāņu CPR, kas līdzinās mūsu personas kodam) un izslēgšanas termiņiem. Spēlētājs, kurš ir vēlējis vispār tikt nepielaiests spēlēšanai, bet šādu vēlmi atsauc, no reģistra var tik dzēsts ne agrāk kā pēc gada;
3. operatoriem ir pienākums spēlētājus informēt par Dānijas Azartspēļu aģentūru, tās mājas lapu, ROFUS un ārstēšanās iespējām.

Tāpat Vadlīnijas ietver spēļu mārketinga regulējuma prasības:

1. pareiza laimēšanas iespējas atspoguļošana, neradot iespaidu, ka laimesta iespējas ir augstākas;
2. jāfokussējas uz spēlēm kā izklaidi;
3. mārketingš nedrīkst būt vērsts uz bērniem un jauniešiem, kas jaunāki par 18 gadiem, ne satura, ne komunikācijas kanāla ziņā;
4. nedrīkst nepamatoti izmantot populāras personības piemēru spēles veiksmes parādīšanai;
5. reklāmas nedrīkst saturēt informāciju, ka spēlēšana palīdzēs atrisināt finansiālas problēmas vai spēlētāja sociālu pieņemšanu.

2.2.3. Īrija

Īrijā azartspēļu politikas reforma noris kopš 2010 gada. Īrijā nav vienota politikas dokumenta vai likuma, kas regulētu visus azartspēļu veidus, bet pastāv dažādu regulējumu kopums.

Būtiskākais kontroles veids ir azartspēļu un loteriju reklāmu ierobežošana, aizliedzot izplatīt pamudinājumu spēlēt, sniedzot informāciju par laimēšanas iespējām vai piesaistot klientus ar īpašiem piedāvājumiem. Sociālās atbildības jautājumi galvenokārt saistīti ar loterijām un ienākumu izlietošanu sabiedriski svarīgiem mērķiem¹⁴.

Īrijas sabiedrības veselības institūts (*Institute of Public Health in Ireland, IPH*) 2010. gadā izstrādāja rekomendācijas nozares reformai (Developing a population approach to gambling: Health issues). To pamatā ir situācijas analīze, kas liecina, ka problemātiskās spēlēšanas prevalence ir Īrijā maz pētīta joma un skar 0,5-1% iedzīvotāju, taču dati rāda šī īpatsvara pieauguma tendenci un nelabvēlīgu pārmērīgas spēlēšanas ietekmi uz personas dzīvi, tai skaitā garīgo un fizisko veselību, nodarbinātību, finanšu stāvokli un attiecībām. IPH norāda, ka, lai arī neliela daļa spēlētāju piedzīvo problēmas ar spēlēšanu, tās ietekmē ne tikai pašus spēlētājus, bet arī viņu ģimenes un kopienas veselību un labklājību. Vienlaikus Īrijā pieejams maz informācijas par ārstēšanas iespējām un to efektivitāti.

Īrijas sabiedrības veselības institūts iesaka veikt iedzīvotāju skrīningu problemātiskai azartspēļu spēlēšanai, sociālo zaudējumu aprēķināšanai un visvairāk skarto grupu apzināšanai un aizsardzībai. Īrijas gadījumā augstāks spēlētāju īpatsvars ir tieši jauniešu vecuma grupā. IPH secina, ka veselības un

¹⁴ Skat. <https://iclg.com/practice-areas/gambling-laws-and-regulations/ireland>

sociālie zaudējumi, kurus izraisa problemātiska spēlēšana, ievērojami pārsniedz nodokļos gūtos ieņēmumus.

Institūts rekomendē:

1. regulāru problemātiskās spēlēšanas prevalences izpēti;
2. sabiedrības izglītošanu par spēlēšanu un tās potenciālajiem veselības riskiem, kā arī vadlīnijām palīdzības meklēšanā;
3. veicināt atbildīgas spēlēšanas vidi. Tā kā Īrijā azartspēļu spēlēšana atpūtas nolūkiem tiek skatīta kā pozitīva nodarbe, tad ieteikts likt uzsvāru uz kopienas labklājības veicināšanu, neļaujot "atpūtas" spēlmaņu vidū attīstīties problemātiskas spēlēšanas problēmām. Tiesa, pieaugošā azartspēļu pieejamība tiek skatīta kā problemātiska un risku veicinoša.
4. atbalsta pakalpojumu sniegšana. Atbalsta pasākumi tiek pārsvarā sniegti, balstoties uz brīvprātīgo darbu kopienā (*Gamblers Anonymous*) vai netieši caur spēļu industrijas ienākumiem (*Gamcare*). Īrijas sabiedrības veselības institūts iesaka pētīt pakalpojumu efektivitāti un veidot brīvi pieejamu atbalsta sistēmu.

2.2.4. Nīderlande

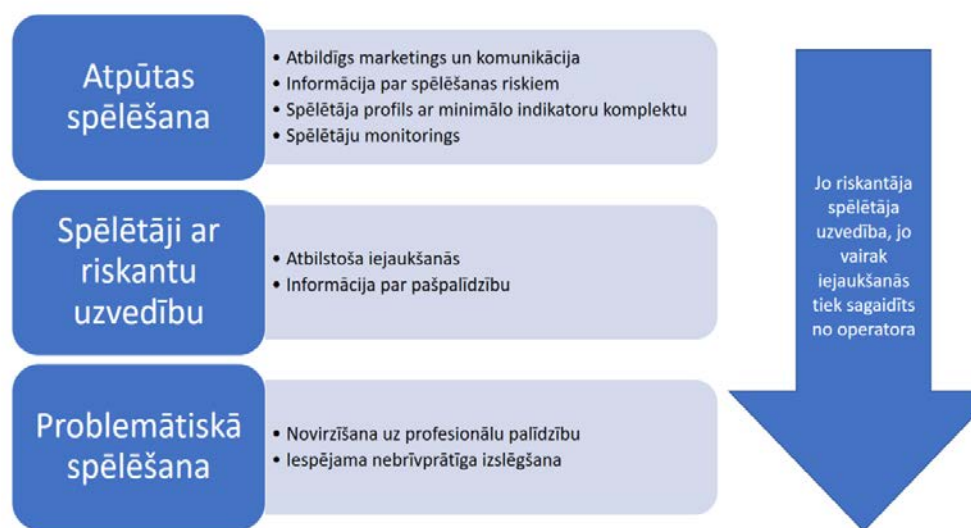
Nīderlande politikas modernizāciju uzsāka 2014. gadā, ieviešot tiešsaistes spēļu regulējumu. Līdz tam laikam spēlēs tiešsaistē Nīderlandē bija nelegālas, un to aizliegums kalpoja kā galvenais instruments iedzīvotāju pasargāšanā. Goudriaan (2014) norāda, ka Nīderlandes politika azartspēļu jautājumā ir bijusi konservatīva, cenšoties ierobežot spēļu pieejamību tiešsaistē un aizliedzot dažādas spēlēm Nīderlandes lietotājiem paredzētās programmatūras versijas. Tiesa, šie kontroles līdzekļi nav bijuši efektīvi. Prevalence tiek raksturota kā salīdzinoši zema Eiropas mērogam – 0,22%-0,15%. Veselības apdrošināšana sedz procesu atkarības ārstēšanu uz līdzīgiem noteikumiem kā vielu atkarības problēmu ārstēšana, taču dati liecina, ka problemātiskie spēlētāji reti meklē palīdzību atkarību ārstēšanas centros.

Tiešsaistes spēles tika legalizētas 2015. gadā¹⁵. Nīderlandes Drošības un tieslietu ministrijas 2014. gadā izstrādātajos politikas ieteikumos (*Advice on the framework for the prevention of problem gambling and addiction*) tiek iezīmēti kaitējuma novēršanas politikas mērķi, risinājumu atrodot spēlētāju un spēļu operatoru atbildības līdzsvarā:

1. īpaši ievainojumu grupu (tādu ka jaunieši) nonākšanas problēmās attālināto azartspēļu dēļ novēršana;
2. agrīna risku un potenciālo spēlēšanas problēmu noteikšana;
3. iedrošināšana spēlējot ievērot mērenību un virzīšana uz atbilstošu atbalstu.

¹⁵ Skat. <https://www.onlinegambling.com/local/netherlands/>

2.1.attēls. Daudzpakāpju intervences modelis



Avots: Ministry of Security and Justice, 2014. Advice on the framework for the prevention of problem gambling and addiction.

Tā kā saskaņā ar Nīderlandes modeli operatoriem jāuzņemas visi pasākumi un pakalpojumi, lai novērstu pieradumu atkarību, tiek ieteikts:

1. Izveidot vairākpakāpju atbalsta modeli, kas balstīts potenciālās iejaukšanās hierarhijā, sākot no vienkārša atbalsta (piemēram, informācijas nodrošināšanas) līdz obligātai izslēgšanai un konsultācijai/ terapijai/ ārstēšanai (skatīt 2.1. attēlu). Azartspēļu atkarības risku nosaka noteikts indikatoru komplekts, kuru veido spēlētāja uzvedības rādītāji savā spēļu profilā (piemēram, bieža limitu palielināšana, pieaugošs spēles laiks utt.). Nīderlandes gadījumā pasākumus veic azartspēļu operators saskaņā ar vadlīnijām.
2. Uzvedības ietekmēšana. Kā efektīvākās metodes pētījumos, pirmkārt, tiek minēta informēšana un it īpaši informēšana un normatīvais atbalsts biedru (*peer-to-peer*) vidū (Dolan et al. 2012; Lucar et al. 2012). Kā tiek norādīts pārskatā, vairāki avoti (Derevensky 2012; Hardoon et al. 2003) norāda, ka vienkārša informēšana problemātikas spēlēšanas gadījumos var nebūt efektīva, jo spēlmaņi noliedz savu problēmu. Tāpēc tiek ieteikts izmantot jau sabiedrības veselības jomā lietotus kanālus un tehnikas līdzīgu problēmu risināšanā, paplašinot tos uz azartspēļu gadījumu un iesaistot attiecīgās atbalsta organizācijas. Otrkārt, uzvedības maiņai jāizmanto precīzas marketinga stratēģijas. Treškārt, spēļu operatoriem ir liela nozīme klientu aizsargājošas informācijas sniegšanā – labi redzama, brīdinoša informācija liecina par uzņēmēju atbildīgu attieksmi pret klientiem:
 - a. izglītojoši materiāli, kas ļauj izdarīt informētu izvēli. Efektīva ir, piemēram, informācija par spēles uzbūvi. Materiāliem jābūt lietotājiem saistošiem;
 - b. rīki likmju ierobežošanai;

- c. informācija par zaudējumu un bilances līdzsvaru – piemēram, tiešsaistes spēlēs redzams spēlētāja aktivitātes ziņojums;
- d. laika norādes, kas ļauj spēlētājam apzināties spēlē pavadīto laiku;
- e. individuāla spēlētāja uzvedības monitorings. Te spēlēšanas nodarīto kaitējumu skata kā kompleksu attiecību starp atkarības objektu (spēles tehnoloģiju), spēlētāju (sociālās iezīmes) un vidi (iespējām, stimuliem, kultūru (Korn, Shaffer 1999). Pētījumi rāda, ka viens no atkarības riska indikatoriem ir iesaiste dažādos azartspēļu veidos (Gray et al. 2012, Brosowski et al. 2012), tāpēc ir būtiska personalizēta informācija par spēlētāja uzvedību visās šajās vietās, pasniedzot to lietotājam viegli saprotamā veidā.

Drošu spēlēšanu saskaņā ar pētījumiem (Gray et al. 2012; Shaffer et al. 2011, Dragicevic 2011, Griffiths and Witty 2010 u.c.) nodrošina spēles limitu iestatīšana. Spēlētājiem dotā iespēja izvēlēties spēles veidu un savas naudas un laika menedžmentu ir pētījumos pierādīta efektīva kaitējuma novēršanas metode (Williams & West, 2012). Šāda sistēma balstās pieņēmumā, ka spēlētāji izdara racionālu izvēli, kurai pakļaujas, lai arī spēles laikā rodas dažādi kārdinājumi no tās novirzīties. Tāpat limitu samazināšanai jābūt automātiski pieejamai.

Ieteikumi atbildīgai spēlēšanai ietver informācijas izvietojumu par iespējamām problēmām un kaitējumu, kā arī ieteikumiem atbildīgai un drošai spēlēšanai klientiem. Informācijai jābūt pieejamai un pamanāmai – tiešsaistes spēles vietņu spēļu profilos jāizvieto saites. Minimālas prasības šai informācijai ietver:

- a. informācija par atbildīgu spēlēšanu;
 - b. vadlīnijas pašnovērtējuma procesam;
 - c. saites uz problemātiskas spēlēšanas atbalsta pakalpojumiem;
 - d. pašierobežošanas iespējas;
 - e. pašizslēgšanas iespējas;
 - f. atsijāšanas programmas;
 - g. sūdzību procedūru;
 - h. spēles bilances, rēķinus un spēlēs/derību vēsturi.
3. Spēlētāja vecuma pārbaude tiešsaistes spēlēs:
- a. klienta informācijas pārbaude, atverot savu profilu;
 - b. riskantu (nepilngadīgajiem pieejamu) maksāšanas līdzekļu izslēgšana;
 - c. dokumentu uzrādīšana;
 - d. "18+" zīmju uzstādīšana redzamā vietā.
4. Spēlētāju uzvedības regulārs monitorings un analīze:
- a. spēlētāju uzvedības monitorings, fiksējot riskantu uzvedību, apmeklējuma biežumu;

- b. klientu komunikācijas monitorings (komunikācija ar atbalsta dienestu, foruma ieraksti, informācija par laika un budžeta limita maiņu, profila slēgšanu problemātiskas spēlēšanas dēļ) ļauj laikus reaģēt, novēršot problēmas eskalāciju;
- c. klientu profila izveide, kurā tiek norādītas spēlēšanas intereses, plānotais naudas likmju un laika apjoms, kuras vēlāk tiek izmantotas monitoringam un klienta atbalstam;
- d. finanšu limitu noteikšana ar dienas, nedēļas un mēneša griestiem spēlētāja profilā, kurus iespējams mainīt;
- e. operatoriem jābūt izveidotai procedūrai spēlētājiem, kas pārkāpj pašu uzliktos limitus. Pārmērīgas spēlēšanas gadījumā klientu ne tikai novēro, bet piedāvā attiecīga līmeņa palīdzību. Spēlētājiem jāapzinās, ka nedrošas spēlēšanas gadījumā viņu uzvedība tiek monitorēta un operatori nodrošinās drošības tīklu, ja spēlētājs pats nevarēs pieturēties pie uzliktajiem limitiem. Operatora darbiniekiem jābūt apmācītiem riskantas uzvedības atpazīšanā;
- f. intervences rīki ietver personalizētas ziņas parādīšanos uz ekrāna, pašreizpildes testu (PGSI), izslēgšanu, pašizslēgšanu uz laiku.

Dokuments izskata arī ieteikumus personāla apmācības un operatora kvalitātes uzturēšanas sistēmai.

2.3. INTERNETA UN VIDEOSPĒĻU PĀRMĒRĪGA LIETOŠANAS NOVĒRŠANAS POLITIKA ES UN PASAULĒ

Vienots videospēļu regulējums ES tiek veidots ar 2002. gadu (Council Resolution on the protection of consumers, in particular young people, through the labelling of certain video games and computer games according to age group), uzsākot diskusiju par vienotu patērētāju informēšanu par video un datorspēlēm attiecībā uz saturu un vecuma grupu spēles marķējumā. Šeit dati papildināti ar Āzijas valstu pieredzi, kur ierobežojoši pasākumi ir ieviesti agrāk un ir pieejams to izvērtējums. Tas ir viens no strauji augošiem tirgiem ES un pasaulē, turklāt tajā parādās tendences piedāvāt videospēles patērētājiem par brīvu, ienākumus gūstot no reklāmām (Komisijas Paziņojums Eiropas Parlamentam, Padomei, Eiropas Ekonomikas un Sociālo Lietu Komitejai un Reģionu Komitejai par patērētāju, jo īpaši nepilngadīgo, aizsardzību saistībā ar videospēļu lietošanu (2008)). Viens no galvenajiem politikas izaicinājumiem ir bērnu aizsardzība pret videospēļu iespējamo kaitīgo ietekmi. 2003.gadā tika pieņemta ES vienota pašregulējoša Eiropas Spēļu informācijas novērtējuma sistēma atbilstīgi lietotāju vecumam (PEGI). 2007.gadā Eiropas Komisija komunicēja Eiropas pieeju mediju pratības veicināšanai digitālajā vidē (COM(2007) 833). Ir novērtēts videospēļu potenciāls apmācības procesa maiņai bērniem.

Lielākajā daļā ES dalībvalstu nav specifiska regulējuma attiecībā uz videospēlēm internetā – dažās piemēro līdzīgu regulējumu kā spēlēm bez tiešsaistes, izmantojot PEGI vērtējumu. Eiropas Komisijas Paziņojumā (2008) par patērētāju, jo īpaši nepilngadīgo, aizsardzību saistībā ar videospēļu lietošanu dalībvalstis tiek aicinātas izvērtēt videospēļu “iespējamo negatīvo un pozitīvo efektu” ietekmi uz veselību.

Ar interneta pārmērīgu lietošanu saistītās problēmas literatūrā tiek pretrunīgi vērtētas. No vienas puses sociālo tīklu lietošana ir būtiski mainījusi lietotāju sociālos paradumus. No otras puses šī maiņa problēmu apzināšanu un definēšanu padara sarežģītu. Caplan (2007) uzskata, ka interneta nepareiza lietošana un komunikācija tiešsaistē ļauj lietotājiem izvairīties no negatīvām izjūtām – vientulības, bažām. Griffiths (2013) savukārt tajā ir saskatījis atkarības veidošanās komponenti – pārākuma sajūta, garastāvokļa maiņas, tolerance, atsvešināšanās simptomi, konflikts un atkārtotāšanās. Pārmērīgas lietošanas robeža ir pārmērīgs kaitējums personiskajai, ģimenes un profesionālai dzīvei. Kopumā interneta vai sociālo tīklu izraisītas atkarības noteikšana vēl nav nostabilizējusies Kuss et al. (2014), un DSM-5 (American Psychiatric Association, 2012) klasifikatorā tie nav ierindoti kā atkarība.

Tāpēc šeit aprakstīto labo prakšu izvērtējums balstās galvenokārt atsevišķu faktoru un programmu efektivitātes izvērtējumā.

Vondráčková un Gabrhelík (2016) pētījumu apkopojumā norāda uz kopumā vājo metodoloģisko pamatu jautājuma izpētē. Apkopojot 108 publikācijas, autori izdala 4 galvenos ar prevenciju saistītos aspektus:

1. **Pētījuma mērķgrupa un intervences mērķgrupa** parasti ir bērni un jaunieši, studenti, vecāki un ģimene, kā arī spēlētāji/ar regulāru interneta piekļuvi nodrošināti strādājošie. Šajās grupās arī vērojama augstāka prevalence. Otra pieeja ir augstāka riska indivīdu identificēšana, izdalot šādus riska faktoros:

- a. psihopatoloģiski faktori (uzmanības deficīts, depresīvi un trauksmes traucējumi, sociāla fobija, obsesīvi kompulsīvi simptomi);
 - b. personības iezīmes (hiperaktivitāte, impulsivitāte, intravertums, augsts neirotisms/zema emocionāla stabilitāte, zema paškontrolē/regulācija);
 - c. fizioloģiskas iezīmes;
 - d. interneta lietošanas paradumi (daudz laika pavadīts tiešsaistē, aizraušanās ar dažādām videospēlēm);
 - e. sociāli demogrāfiski faktori (dzimums, ģimenes ekonomiskais stāvoklis);
 - f. situatīvi faktori (vientulība, stress, piederība grupai, kur ir augsts interneta lietošanas līmenis).
2. **Iejaušanās veidi** tiek skatīti kā citu prasmju veicināšana, kur skolotājiem, daba devējiem, speciālistiem tiek rekomendēts veicināt noteiktu prasmju attīstību riskam pakļautiem indivīdiem un tiem tuvajām personām (vecākiem, skolotājiem, draugiem). Prevencijai noderīgās prasmes tiek grupētas:
- a. prasmēs, kas saistītas ar interneta lietošanu (pozitīvu ar interneta lietošanu saistītu gaidu mazināšana, paškontrolē, atturēšanās no pieradumu izraisošām aplikācijām, ar atkarību saistītu domu atpazīšana);
 - b. stresa un emociju pārvaldīšanas prasmēs, pašcieņas celšanā;
 - c. starppersonu komunikāciju prasmju celšanā (emocionālās inteliģences celšana, tolerance grupā, spēju komunicēt un pavadīt laiku ar vienaudžiem);
 - d. dienas režīma uzturēšanas un brīvā laika pavadīšanas prasmēs.

Rekomendācijas galvenokārt vērstas uz vecākiem, retāk uz darba devējiem, draugiem, skolotājiem. Rekomendācijās no pārmērīgai interneta vai videospēļu lietošanai pakļauto indivīdu tuvām personām ieteikts veicināt:

- a. prasmes iedrošināt tuvākas attiecības (laika pavadīšana ar bērnu, bērnu-vecāku komunikācijas uzlabošana, bērnu vajadzību izpratne, atbalsts vecāku garīgajai veselībai, darba devēja atbildība un ētiskā integritāte attiecībā uz darbiniekiem);
- b. prasmes interneta lietošanas monitoringam (bērna vajadzību izpratne, noteikumi tiešsaistes darbošanās saturam un kritika par pārmērīgu lietošanu, bet ne strikti laika ierobežojumi, kopīga interneta lietošana, vecāku piemērs, ievērojot ierobežojumus).

Darba devējiem ieteikts novērot darbinieku uzvedību un iejaukties iespējami agrākā stadijā un rīkojot izglītojošus seminārus.

3. **Diskusija ap novēršanas programmu veidiem**, saskaņā ar Vondráčková un Gabrhelík fokusējas ap šādām dimensijām:
- a. informācijas sniegšana vai interaktīva iejaušanās. Informācijas sniegšana padomu un ekspertu lekciju veidā ir populārākais līdzeklis. Skolās šī informācija ir iekļauta mediju prasmju saturā vai veselības mācībā. Ir testēta arī biedru-biedru (vienuaudžu) apmācība, kas ir bijusi efektīva, piemēram, seksuālās veselības jautājumu apguvē;

b. vienkārša vai kompleksa ieviešanās. Nereti ieviešanās mērķēta arī uz citu atkarību izskaušanu, visbiežāk vielu lietošanu, balstoties pieņēmumā, ka riska uzvedības mazināšana vienā jomā, samazinās risku arī citās. Intervence notiek ģimenes, draugu, skolas, darbavietu, kopienas līmenī. Sākotnēji veiksmīgas programmas (Nīderlande, Busch et al. (2013)) ir vērstas uz veselības veicināšanu (veselīga pārtika, fiziskās aktivitātes, seksuālā veselība, iestāšanās pret vardarbību attiecībās, sēdošu dzīvesveidu utt.). Aktivitātes norit 4 līmeņos:

- veselīga skolas politika;
- vecāku aktivitātes ar bērniem, radot veselīgu skolas vidi;
- dzīves prasmju attīstīšana bērnos;
- vietējo veselības ekspertu iesaistīšana.

Līdzīga programma ir "Pozitīva jauniešu attīstības programma" (Project P.A.T.H.S.) Honkongā (Shek et al., 2011).

4. **Vides ierobežojumi.** Ķīnas valdība ir ieviesusi stingrākus kontroles mehānismus interneta kafejnīcās, nosakot, ka šāda kafejnīca nedrīkst atrasties tuvāk nekā 200 m no skolas, kā arī ierobežojot darbības laikus, ierobežojot videospēļu spēlēšanu ar t.s. noguruma kontroli – pēc spēlēšanas laika pieauguma spēles varonis zaudē spēku un uzkrātos punktus. Yani-de- Soriano et. al (2012) aicina videospēļu veidotājus būt sociāli atbildīgiem, iestrādājot kaitējuma mazinājošus līdzekļus pašās spēlēs.

Videospēļu un interneta pārmērīgas lietošanas izraisīta kaitējuma mazināšanai ir veidotas atsevišķas programmas, un kā tēma tā tiek iekļauta mediju pratības un veselības mācības saturā, atsevišķos izglītojošos pasākumos, bet ne vienotā valsts politikā. Izņēmumi, kur valdības līmenī problēma ir risināta, ir Āzijā, kur problemātiska interneta lietošana ir augstāk izplatīta nekā citur pasaulē.

2007.gadā **Ķīnā** pieņemta Tiešsaistes spēļu atkarības novēršanas sistēma (*Fatigue System*; noguruma sistēma), kur spēle netiek pārtraukta, bet ieguvums krītas pēc ilgstošas spēlēšanas. **Dienvidkorejā** 2011. gadā pieņemts ierobežojums piekļūt tiešsaistes spēlēm no 24:00 naktī līdz 6:00 rītā personām, kas jaunākas par 16 gadiem. **Taizemē** ierobežojumi pieņemti 2007. gadā, **Vjetnamā** – 2011. gadā. Aizliegumu efektivitāte nav skaidra, un ir liecības, ka jaunieši aizliegumu apiet, bet Dienvidkorejā aizliegums ir ticis apstrīdēts kā ģimeni un vecāku varu ierobežojošs.

2.4. LATVIJAS RĪCĪBPOLITIKAS UN REGULĒJUMA ANALĪZE

Sadaļā analizēta Latvijas pieeja, balstoties šādos normatīvajos dokumentos:

- Azartspēļu un izložu likums;
- Bērnu tiesību aizsardzības likums;
- Likums par izložu un azartspēļu nodevu un nodokli;
- 2012.gada 24.janvāra Ministru kabineta noteikumi Nr. 70 “Alkohola, narkotisko, psihotropo, toksisko vielu, azartspēļu vai datorspēļu atkarības slimnieku ārstēšanas kārtība”;
- 2004.gada 25.marta Ministru kabineta noteikumi Nr.176 “Izložu un azartspēļu uzraudzības inspekcijas nolikums”;
- 2013.gada 21.maija Ministru kabineta noteikumi Nr.281 “Noteikumi par valsts vispārējās vidējās izglītības standartu, mācību priekšmetu standartiem un izglītības programmu paraugiem”;
- 2006.gada 6. jūnija Ministru kabineta noteikumi Nr. 452 “Datorspēļu izplatīšanas noteikumi”;
- 2006.gada 27. jūnija Ministru kabineta noteikumi Nr. 512 “Azartspēļu un izložu organizēšanas un uzturēšanas uzraudzības un kontroles kārtība”;
- 2017.gada 5.decembra Ministru kabineta noteikumi Nr. 715 “Interaktīvo azartspēļu un interaktīvo izložu spēlētāju reģistrācijas un identitātes pārbaudes kārtība”;
- 2013.gada 17.decembra Ministru kabineta noteikumi Nr. 1529 “Veselības aprūpes organizēšanas un finansēšanas kārtība”;
- 2006.gada 6.novembra Ministru kabineta noteikumi Nr. 914 “Kārtība, kādā no psihoaktīvām vielām atkarīgās personas saņem sociālās rehabilitācijas pakalpojumus”;
- 2006.gada 19.septembra Ministru kabineta noteikumi Nr. 771 “Kazino apmeklētāju reģistrācijas un kazino apmeklētāju reģistrā iekļaujamās informācijas apstrādes kārtība”.

Papildus, izmantoti interviju un aptaujas dati, lai šo vērtētu šīs politikas īstenošanu.

2.4.1. Azartspēļu regulējuma politika

Azartspēļu jomas regulāciju Latvijā nosaka Azartspēļu un izložu likums, kura mērķis ir nodrošināt sabiedrības interešu un spēlētāju tiesību aizsardzību. Likums lielākoties veltīts azartspēļu organizēšanas kārtības regulējumam, aizliedzot par krāpnieciskām uzskatāmas prakses un darbības. Tāpat būtisks likuma fokuss ir noziedzīgi iegūtu līdzekļu legalizācijas un terorisma finansēšanas novēršana. Saskaņā ar Azartspēļu un izložu likuma 1.panta 1.punktu par azartspēli tiek atzīta spēle, kurā fiziskā persona, iemaksājot dalības likmi, var iegūt laimestu, kas pilnīgi vai daļēji ir atkarīgs no veiksmes gadījuma vai apstākļiem, kuri iepriekš nav zināmi. Likuma 5.pants arī definē, kāda veida azartspēles Latvijas Republikā ir atļauts organizēt:

1. spēļu automātu spēles;
2. ruleti (cilindrisko spēli);
3. kāršu spēles;
4. kauliņu spēles;

5. derības;
6. totalizatoru;
7. bingo;
8. veiksmes spēles pa tālruni.

Jānorāda, ka azartspēles, kuras tiek organizētas ar interneta starpniecību, tiek iekļautas interaktīvo azartspēļu kategorijā. Šīs azartspēles netiek klasificētas kā pamatā atšķirīgas no spēļu zālēs un kazino rīkotajām, kā atšķirīgs tiek raksturots tikai to izmantošanas veids. Tādējādi secināms, ka arī internetā pieejamās azartspēļu vietnes nav tiesīgas piedāvāt cita veida azartspēles nekā tās, kuras uzskaitītas augstāk.

Atkarības jēdziens normatīvajā aktā pieminēts vien 37.panta 1.daļas 6.punktā, kur norādīts, ka informācijai, kas brīdina, ka azartspēles var izraisīt atkarību, jābūt nodrošinātai azartspēļu organizēšanas vietā, tāpat redzamā vietā jānovieto paškontroles tests, kuram jābūt pieejamam arī rakstveidā. Norma paredz, ka azartspēļu organizēšanas vietā jānodrošina informācija par to, kur vērsties pēc palīdzības, ja atkarība ir iestājusies.

Svarīgi atzīmēt, ka šīs likuma normas attiecas tikai uz daļu no azartspēļu formām – uz kazino, spēļu zālēm un bingo zālēm, kamēr paškontroles testam un informācijai par palīdzību jābūt pieejamai spēļu zālēs un kazino. Tikmēr pakalpojumu sniedzējiem, kuri organizē azartspēles ar interneta starpniecību, vienīgais pienākums ir mājaslapā izvietot brīdinājumu, ka pastāv atkarības risks. Visbeidzot, kaut arī 1.pantā par azartspēli ir atzīts arī totalizators, kā arī veiksmes spēles pa telefonu, šo azartspēļu rīkotājiem netiek pieprasīts informēt klientus par atkarības risku.

Kā atbildīgo institūciju par šo normu ievērošanu likums nosaka Latvijas Republikas Izložu un azartspēļu uzraudzības inspekciju (IAUI). Inspekcijas darbību regulē Ministru kabineta noteikumi Nr.176, kuri nosaka, ka IAUI atrodas Finanšu ministrijas pārraudzībā un tās darbības mērķis ir valsts pārvaldes funkciju īstenošana izložu, azartspēļu un preču un pakalpojumu loteriju organizēšanas uzraudzībā, lai nodrošinātu minēto jomu regulējošo normatīvo aktu prasību ievērošanu un izpildi. Šāds noteikumu formulējums un citu regulējošo institūciju neesamība ir novedusi pie situācijas, kur IAUI ir atbildīga arī par jautājumiem, kas saistīti ar atkarību. Piemēram, inspekcijas mājaslapā atrodama informācija, ka patērētāju aizsardzība pret atkarību veidošanos ir viens no tās galvenajiem mērķiem. Vienlaikus ne šo institūciju regulējošajos tiesību aktos, ne tās reglamentā nav skaidri definēti mehānismi un funkcijas šī mērķa sasniegšanai.

Kaut arī gan procesu, gan vieliskās atkarības Latvijā tiek definētas kā saslimšanas, par azartspēļu atkarību atbildīgā iestāde, kā iepriekš aprakstīts, atrodas Finanšu ministrijas pārvaldībā, institucionāli norobežojot to no pārējām atkarību prevencijā un rehabilitācijā iesaistītajām pusēm un, iespējams, mazinot uzraudzības kapacitāti attiecībā uz azartspēļu atkarības medicīnisko aspektu (toties ņemot vērā to, ka azartspēles nodokļu un dividendu veidā papildina valsts budžetu). Kā intervijā norāda Anda Ķīvīte, tad šis jautājums tiek risināts un plānots IAUI kapacitāti patērētāju aizsardzības jomā stiprināt, piesaistot psihologus darbam ar klientiem un veidojot sadarbību ar veselības sektoru. Tiesa, patlaban šāda sistēma vēl nav izveidota.

Paši jomas dalībnieki uzsver, ka valsts galvenais regulējošais instruments azartspēļu nozarē bijusi nodokļu politika un galvenie argumenti centrējušies ap nodokļu maksājumu ieguvumu no nozares un

tās radīto kaitējumu. IAUI vadītāja Signe Birne intervija norāda, ka galvenais politikas virzītājiētvars bijusi ēnu ekonomikas apkarošana.

2.4.2. Nodokļu politika

Kā norādīts tiesību aktā “Par izložu un azartspēļu nodevu un nodokli”, ložu un azartspēļu nodokli maksā kapitālsabiedrība, kas likumā noteiktajā kārtībā saņēmusi speciālo atļauju (licenci) izložu organizēšanai vai nepieciešamās licences attiecīgo azartspēļu organizēšanai. Radušies ieņēmumi tiek sadalīti starp valsts un pašvaldības budžetu, kur valsts budžetā ieskaitāmi 75% no ienākumiem, kamēr 25% ieskaitāmi tās pašvaldības budžetā, kuras teritorijā tiek organizētas azartspēles. Līdzīgi vairumam pētījumā apskatīto citu valstu piemēriem regulējums nenosaka, kādā veidā būtu izmantojami iegūtie līdzekļi pašvaldības vai valsts budžetā, tādējādi radot potenciālu interešu konfliktu starp nepieciešamību papildināt budžeta ieņēmumus un vajadzību aizstāvēt sabiedrības intereses.

Latvijas spēļu biznesa asociācija norāda uz zināmu piesātinājumu nodokļu slogā, vienlaikus izsakot interesi par augstāku līdzdalību kaitējuma novēršanā un politikas veidošanā:

Nodokļi no nozares aiziet tās radīto problēmu risināšanā. Mums nodokļi ir visu laiku celti, un tie aiziet budžeta papildināšanā, bet tam ir arī savas robežas, lai neapturētu nozares attīstību. (Aldis Jacino, Latvijas Spēļu biznesa asociācija)

Kā norāda nozares pārstāvji, nozares regulējumu būtu jāskata plašākā kontekstā un, balstoties datos par radīto kaitējumu. Šī iemesla dēļ nozare arī pati finansē savus pētījumus par tās ietekmi uz sabiedrību, un tās dalībnieki paši finansē dažādus profilakses pasākumus nevalstiskajā sektorā.

2.4.3. Azartspēļu reklāmas ierobežojumi

Reklāmas ierobežojumi ir arī citu ES dalībvalstu politikas sastāvdaļa. Kā noteikts Azartspēļu likuma 41.panta 5.daļā, azartspēļu reklāma ir aizliegta ārpus azartspēļu organizēšanas vietām. Ar šo normu tiek īstenota preventīva politika, neļaujot azartspēļu organizācijām īstenot spēlētāju piesaisti ārpus azartspēļu iestādēm. Tāpat šajā pantā noteikts, ka aizliegts piedāvāt piedalīšanos azartspēlēs par brīvu, kā dāvanu, balvu vai kā kompensāciju. Taču citās Eiropas Savienības dalībvalstīs vai Eiropas Ekonomikas zonas un Eiropas Brīvās tirdzniecības asociācijas valstīs reģistrētie uzņēmumi var izvērst darbību, kura var būt pretrunā ar Latvijas vietējo regulējumu. Matīsa Arnicāna 2013.gadā publicētajā rakstā “Apiet azartspēļu reklāmu ierobežojumus” demonstrēts, ka šādā veidā azartspēles joprojām tiek reklamētas gan ar atsevišķu televīzijas kanālu starpniecību, gan interneta vidē. Turpat aprakstīts arī otrs populārākais likuma normas apiešanas veids, ko biežāk izmanto totalizatoru un derību organizētāji. Kā piemērs tiek minēts uzņēmums Optibet, kur, kaut arī pats uzņēmums, kas piedāvā gan totalizatoru, gan interneta azartspēļu pakalpojumus, netiek reklamēts, tiek reklamēts sporta bārs ar tādu pašu nosaukumu un simboliku. Kaut arī Nacionālā elektronisko plašsaziņas līdzekļu padome (NEPLP) ir

veikusi mēģinājumus sodīt par šādu praksi, pašreizējais regulējums neļauj skaidri noteikt, vai šāda veida prakse ir sodāma¹⁶.

Uz reklāmas aizlieguma apiešanu norāda arī pētījuma dalībnieki, kuri stāsta, ka ar azartspēļu reklāmām sastopas interneta vidē; visticamāk tās izvietojusi nelegālo spēļu vietņu organizētāji. Tāpat problēmspēlētāji kritizē spēļu zāļu biezo tīklu un vides reklāmu spēļu zāļu vietās, aicinot aizliegt reklāmu pie spēļu zālēm. Arī speciālisti norāda uz problēmām azartspēļu reklāmas jomā un to apspriešanu:

Zināms, ka tagad apiet likumu ar preču zīmēm, tāpēc notiek diskusijas par to, ka tā reklāma ir jāatļauj, bet jākontrolē, lai legalizētu to, ka caur preču zīmēm tik un tā reklamējas. Vienoties darba grupa nevar, Veselības ministrija prasa saglabāt pilnīgu aizliegumu, industrija... Tur ir četri varianti ar dažādu aizliegšanas pakāpi. (Anda Ķīvīte-Urtāne, sabiedrības veselības speciāliste)

Daļa ekspertu uzskata, ka šī brīža situācijā ir nepieciešams veikt būtisku esošā regulējuma uzlabojumu, gan nosakot, ka azartspēļu organizētājiem ir pienākums būt reģistrētiem Latvijas teritorijā, gan stingrāk regulēt iespējamus veidus, kā azartspēļu reklāma tomēr var tikt īstenota.

Aptaujas dati rāda, ka 68% respondentu uzskata, ka azartspēļu un loteriju reklāma ir pilnībā jāaizliedz, 20% tam nepiekrīt, bet vēl 12% nav viedokļa. No tiem, kas pēdējā gada laikā par naudu spēlējuši kādu no azartspēlēm, šādam viedoklim piekrīt 58%.

2.4.4. Ierobežota piekļuve spēļu vietām un spēlētāju paškontrolē

Viens no efektīvākajiem pasākumiem spēlēšanas ierobežošanai gan starptautiskajā pieredzē, gan ekspertu un pašu spēlētāju perspektīvā ir pieejamības mazināšana. Bērnu tiesību aizsardzības likuma 50.pants paredz, ka bērniem aizliegts atrasties spēļu zālēs un/vai piedalīties azartspēlēs. 2006.gada 19.septembra MK noteikumi Nr.771 "Kazino apmeklētāju reģistrācijas un kazino apmeklētāju reģistrā iekļaujamās informācijas apstrādes kārtība" paredz, ka visi kazino apmeklētāji ir iekļaujami kazino apmeklētāju reģistrā, kas reizi mēnesī iesniedzams IAUI. Tā kā esošā kārtība paredz reģistrā iekļaut kazino apmeklētāja vārdu, uzvārdu un personas kodu, tad apmeklētājam ir pienākums uzrādīt personu apliecinošu dokumentu, kas nodrošina, ka kazino telpās var iekļūt tikai pilngadīgas personas. Taču spēļu zālēm šāda reģistra izveide netiek pieprasīta, tāpēc var veidoties situācija, ka likumā paredzētie ierobežojumi netiek pilnībā ievēroti.

Jaunākā tiesību norma, kas pieņemta saistībā ar azartspēļu atkarības novēršanu, ir 2017.gada 5.decembra Ministru kabineta noteikumi Nr.715 "Interaktīvo azartspēļu un interaktīvo izložu spēlētāju reģistrācijas un identitātes pārbaudes kārtība". To anotācijā norādīts, ka šādā veidā būs iespējams labāk sasniegt Azartspēļu un izložu likuma mērķi, nodrošinot interaktīvo azartspēļu un interaktīvo izložu spēlētāju reģistrācijas un identitātes pārbaudes, lai būtu iespējams ieviest minimālās prasības, kuras jāievēro, lai novērstu no interaktīvajām azartspēlēm atkarīgo spēlētāju turpmāku dalību azartspēlēs. Šīs normas dēļ veidojas situācija, kurā no azartspēlēm atkarīgo indivīdu piekļuve azartspēlēm ir likumiski stingrāk regulēta interneta vidē, salīdzinot ar spēļu zālēm. Kamēr attiecībā uz piekļuvi interaktīvajām

¹⁶ <http://nep.lpadome.lv/lv/assets/documents/Lemumi/L%C4%93mums%20par%20best4sport%20azartpelu%20reklamu%202016.gada%20junijs.pdf>

azartspēlēm personai ir tiesības iesniegt paziņojumu interaktīvās azartspēles organizētājam, lai tai tiktu liegta iespēja spēlēt interaktīvās azartspēles pie konkrētā azartspēles organizētāja, attiecībā uz piekļuvi azartspēlēm spēļu zālēs vai kazino likums šādu mehānismu neparedz. Tādējādi šobrīd atkarīgās personas var rakstīt iesniegumu IAUI, kas uz tā pamata informē azartspēļu organizētājus. Taču azartspēļu organizētājiem nav likumiska pienākuma šos iesniegumus ņemt vērā, un IAUI nav iespējas tos šādā gadījumā sodīt. Šāda prakse pastāv jau gadiem, taču likumdošanā izmaiņas tā arī nav veiktas.

Atgriežoties pie ar interaktīvajām azartspēlēm saistītā risinājuma - normas ieviešana kopumā liecina par atbalstu atkarīgajām personām, taču tās praktiska ieviešana ir problemātiska vairāku iemeslu dēļ. Pirmkārt, esošais regulējums paredz, ka atkarīgajai personai nepieciešams rakstīt iesniegumu interaktīvās azartspēles organizētājam, lai tai tiktu liegta iespēja spēlēt interaktīvās azartspēles pie konkrētā azartspēles organizētāja, tādējādi no atkarīgas personas perspektīvas sarežģījot procesu. Arī paši spēlētāji norāda, ka netiekot vienā zālē, iespējams vērsties pie cita operatora. Turklāt, atšķirībā no Dānijas piemēra, Latvijā nav paredzēts pārejas laiks, kurā pēc pašreizējuma atcelšanas spēlētāji vēl netiek ielaisti spēļu zālēs. Kā norādīts Ministru kabineta noteikumu Nr.715 anotācijā, šobrīd Latvijā pastāv 7 interaktīvo azartspēļu organizētāji, kā arī VAS "Latvijas Loto", kuriem ir piešķirtas tiesības organizēt visu veidu izlozes. Atkarīgajai personai var būt nepieciešams iesniegt pat 8 atsevišķus iesniegumus, lai nodrošinātu, ka pieeja atkarību raisošajiem procesiem tiešām nebūtu iespējama. Tiesa, šī situācija ir apzināta un Latvijā darbosies vienots reģistrs.

Otrkārt, pat ja atkarīgā persona iesniedz iesniegumu, jāņem vērā, ka šie noteikumi attiecas vien uz vietnēm, kuras ir reģistrētas Latvijā. Kaut arī Azartspēļu un izložu likuma 3.panta 1.daļa nosaka, ka Latvijā azartspēles un izlozes drīkst organizēt tikai pēc attiecīgo azartspēļu vai izložu licenču saņemšanas, tā paša likuma 4.panta 4.daļa pauž, ka šo licenci drīkst izsniegt ne vien IAUI, bet gan jebkura Eiropas Savienības dalībvalsts vai Eiropas Ekonomikas zonas un Eiropas Brīvās tirdzniecības asociācijas valsts. Tādējādi atkarīgajai personai joprojām var būt pieejams visai plašs azartspēļu piedāvājums internetā, pat ja persona vēlas ierobežot savu piekļuvi azartspēlēm. Kā piemērs minams vietne www.pokerstars.eu/lv/ – kaut arī šī vietne piedāvā pakalpojumus, kas kvalificētos kā interaktīvās azartspēles saskaņā ar Latvijas likumdošanu, to neierobežo iepriekš aprakstītie noteikumi, jo, kā liecina vietnē atrodamā informācija, tā tikusi licencēta Maltā un tās darbību regulē Maltas Spēļu pārvalde. Tādējādi, lai nodrošinātu, ka šī likuma norma nes būtiskas izmaiņas tajā, kā atkarīgais indivīds piekļūst interaktīvajām azartspēlēm internetā, būtu nepieciešams īstenot vismaz ES līmeņa vienotu regulējumu attiecībā uz piekļuvi ierobežojumiem. Taču, kā liecina 2017.gada 7.decembra Eiropas Komisijas paziņojums presei, šāda veida sadarbība tuvākajā laikā nav gaidāma¹⁷.

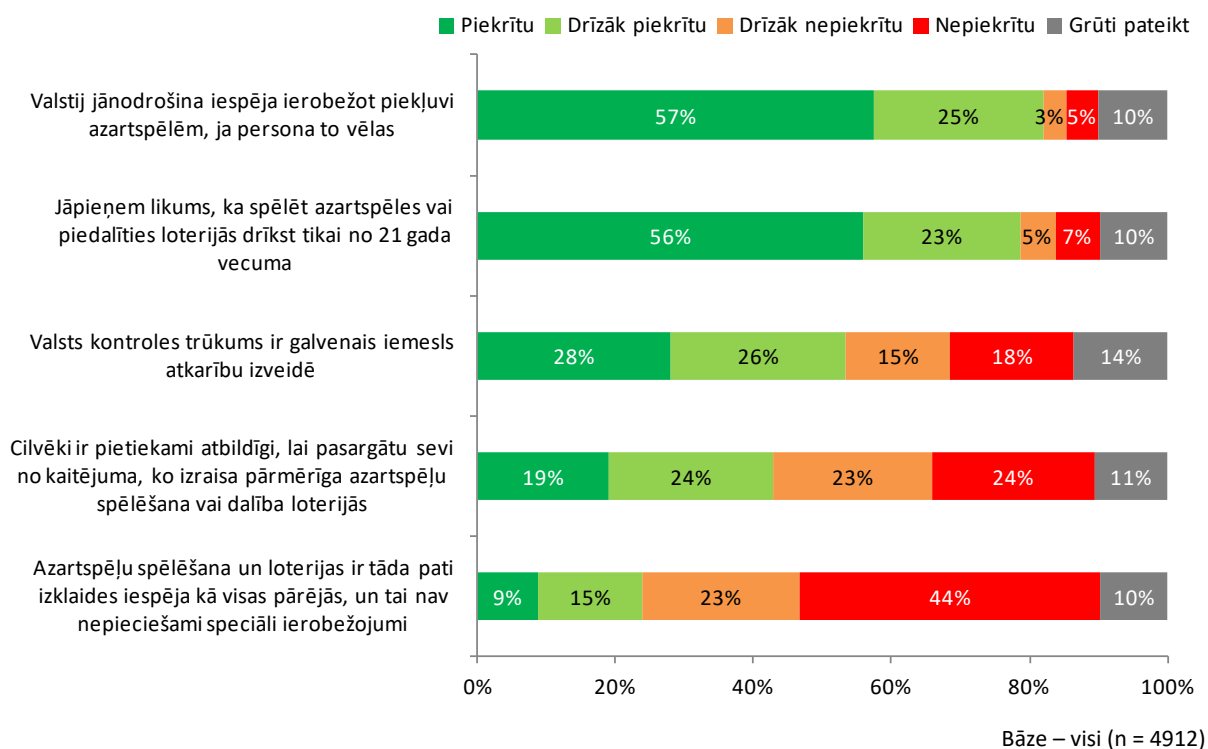
Aptaujas dati rāda, ka 82% respondenti atbalsta risinājumu, ka valstij jānodrošina iespēja ierobežot piekļuvi azartspēlēm, ja persona to vēlas, un tikai 24% piekrīt, ka azartspēļu spēlēšana un loterijas ir tāda pati izklaides iespēja kā visas pārējās, un tai nav nepieciešami speciāli ierobežojumi (skatīt 2.2.attēlu). Mazāk par pusi respondentu (43%) piekrīt, ka cilvēki paši ir pietiekami atbildīgi, lai pasargātu sevi no kaitējuma, ko izraisa pārmērīga azartspēļu spēlēšana vai dalība loterijās.

Valsts kontroles trūkumu pār spēlēm par būtisku iemeslu atkarību izveidē atzīst 54% respondentu, bet 33% tam nepiekrīt. 79% aptaujas dalībnieku piekrīt, ka jāpieņem likums, kurš ļauj spēlēt azartspēles vai

¹⁷ http://europa.eu/rapid/press-release_IP-17-5109_lv.htm

piedalīties loterijās tikai no 21 gada vecuma. Šis jautājums ar pamatojumu tika rosināts arī spēlētāju fokusa grupu diskusijā, ko aprakstām pie spēlēšanas paradumiem.

2.2.attēls. Apgalvojumu par valsts un pašu spēlētāju atbildību atkarību izveidē novērtējums



Pašierobežošanas iespēja spēlētāju vidū nav populāra. Tiem respondentiem, kas norādījuši, ka pēdējā gada laikā par naudu spēlējuši spēles, kas pieejamas spēļu zālēs, tika vaicāts, vai viņi zina, par iespēju ierobežot savu piekļuvi spēļu zālēm (ar iesniegumu). Pozitīvi atbildēja 53% spēlētāju, taču to, ka viņi šādu iespēju ir izmantojuši, teica vien 8%. Salīdzinoši Rīgā tādu, kuri šo iespēju ir izmantojuši, ir 9%, bet laukos vien 4%. Šādu iespēju biežāk izmantojuši nelatvieši, personas ar augstāku izglītības līmeni, depresiju un ģeneralizēto trauksmi.

Savukārt personu apliecinošu dokumentu pieprasīšanu, ienākot spēļu vietnēs (nepieļaujot nepilngadīgo un pašizslēgto personu iekļūšanu zālēs), vienmēr vai lielākoties novērojuši 47% no tiem, kas pēdējā gada laikā spēlējuši spēles, kas pieejamas spēļu zālēs (tai skaitā 22% norādījuši, ka vienmēr), bet 23% – ka dokumenti pieprasīti vien atsevišķos gadījumos, 14% sacīja ka nekad, bet 17% bija grūti to pateikt. Interesanti, ka nav tiešas sakarības starp atbildēm uz šo jautājumu un zāļu apmeklēšanas biežumu.

Savu piekļuves ierobežošanu interneta spēļu vietām izmantojuši 11% no tiem, kas pēdējā gada laikā internetā spēlējuši. Par likmju ierobežošanas iespējām azartspēlēm internetā savukārt ir informēts 61%. Labāk informēti ir spēlējošie Rīgas un lielo pilsētu iedzīvotāju (66% un 65%), bet salīdzinoši sliktāk – mazpilsētu un lauku iedzīvotāji (57% un 46%). Sliktāk nekā vidēji ir informēti 55-64 gadu vecie spēlētāji (vien 38%). Tikai 19% visu to, kas pēdējā gada laikā spēlējuši, internetā likmju ierobežošanas iespēju ir izmantojuši. Divkārt retāk to izmantojuši mazpilsētu un lauku iedzīvotāji (attiecīgi 23% un 20% Rīgā un lielajās pilsētās, bet 11% un 13% mazpilsētās un laukos). Biežāk nekā vidēji to, ka šo iespēju izmantojuši, norāda jaunieši 15-24 gadu vecuma grupā (27%), lai arī šajā grupā informētība par tādu iespēju ir tikai nedaudz augstāka nekā vidēji (65%).

Atbildīga spēlēšana un paškontroles mehānismi ir galvenie ierobežošanas līdzekļi, kurus atbalsta Spēļu biznesa asociācija, atbalstot augstākminētos ierobežošanas veidus un aicinot biedrus īstenot atbalstu spēlētājiem labākā kvalitātē – ieviešot apkalpošanas standartus un izglītojot darbiniekus.

Spēlētāju pašu līdzatbildība un paškontrole lielā mērā atkarīga no spējas problēmu apzināties. Ka rāda aptaujas dati, par paškontroles testa esamību spēļu zālē ir informēts 31% zālēs pieejamās spēles pēdējā gada laikā spēlējušo respondentu. Tomēr kvalitatīvie dati parāda, ka, kaut arī spēlētāji bieži zina par paškontroles testa esamību, tas netiek izmantots. Pētījuma dalībnieki skeptiski vērtē testa lietderīgumu un ir pārliecināti, ka tests ļaus labāk slēpt atkarības simptomus:

Nestrādā, viņi – tur ir gan krievu, gan latviešu valodā. Bet pilnībā nepalīdz. Tik vienkārši sataisīts, ka jebkurš skaitīsies kā atkarīgs, var teikt. Nevar noteikt, vai cilvēkam tiešām ir problēma, ko jāmēģina atrisināt. (Fokusgrupu diskusija, 38 gadi)

Kā efektīvāks veids tiek skatīta dažādu algoritmu uzstādīšana virtuālajā vidē, piemēram, spēlētājam ļaujot apzināties problēmas un monitorējot tos ilgtermiņā. Viens no diskusijas dalībniekiem, kas bijis arī spēļu zāles darbinieks, bija mēģinājis norādīt uz problemātiskiem spēlēšanas paradumiem saviem klientiem, taču atzina, ka efektu tas nav devis.

2.4.5. Spēļu zāļu izvietojuma ierobežojums

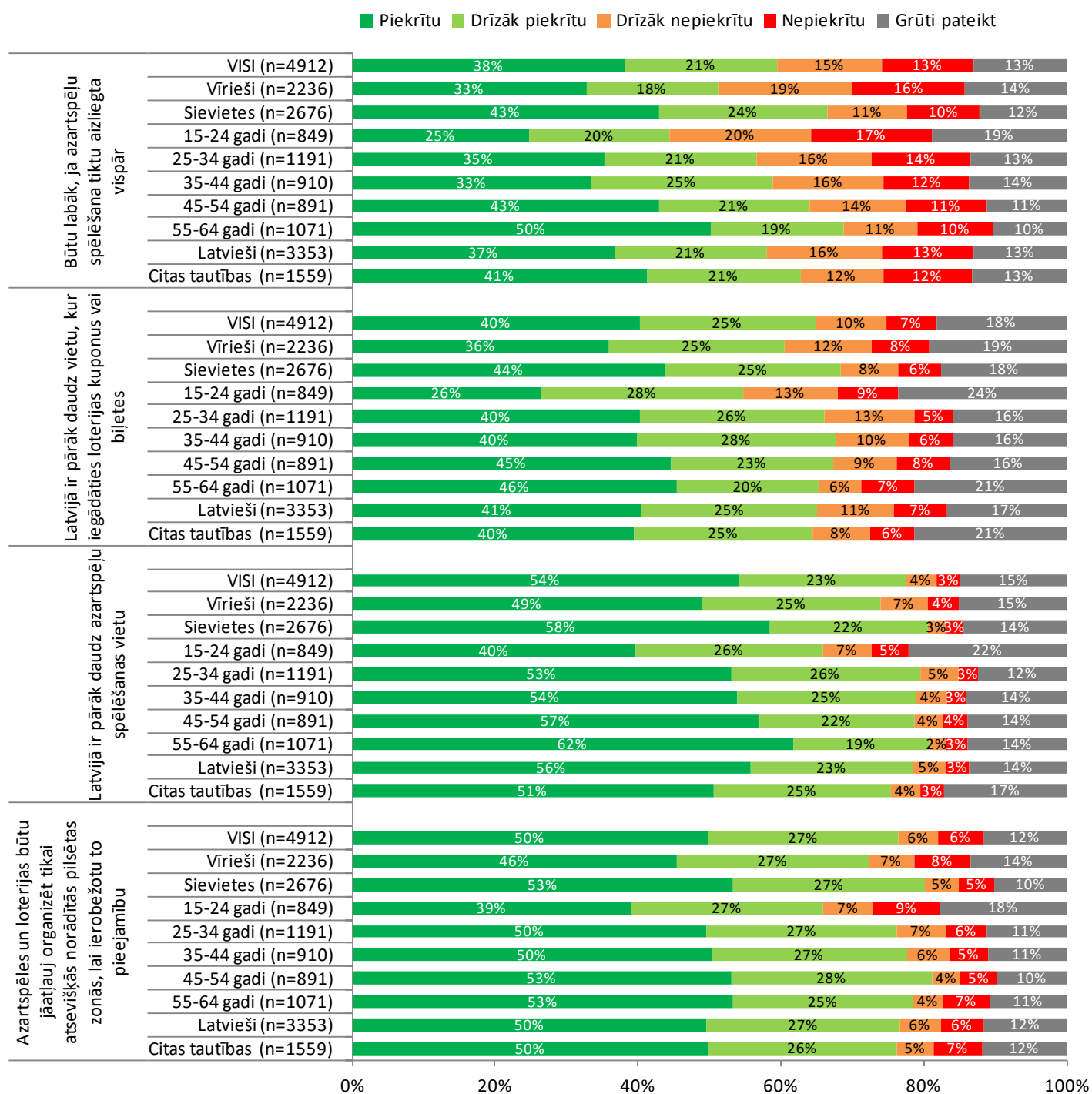
Otrs ierobežošanas veids saistīts ar piedāvājuma ierobežojumu, mazinot spēļu zāļu skaitu un reklāmu, kā arī nosakot izvietojuma ierobežojumus. Daļēji šie ierobežojumi ir īstenoti nacionālā līmenī, piemēram, nosakot reklāmas aizliegumu un zāļu izvietojuma aizliegumu izglītības iestāžu tuvumā.

77% respondentu piekrīt, bet 8% nepiekrīt, ka Latvijā ir pārāk daudz azartspēļu spēlēšanas vietu (skatīt 2.3.attēlu). Salīdzinājumam 65% respondentu piekrīt, bet 17% nepiekrīt, ka Latvijā ir pārāk daudz vietu, kur iegādāties loterijas kuponus vai biļetes.

Azartspēļu spēlēšanas vispārēju aizliegumu atbalsta 59% respondentu, bet 28% tam nepiekrīt. Biežāk vispārējam aizliegumam piekrīt sievietes (67% pret 51% vīriešu), kā arī tas pieaug ar katru vecuma grupu. Jaunākajā vecuma grupā - 15-24 gadi - aizliegumu atbalsta vien 44% respondentu, taču starpība veidojas uz "grūti pateikt" īpatsvara pieauguma rēķina – jaunieši par šo jautājumu ir domājuši mazāk. Mazliet retāk vispārējam aizliegumam piekrīt latvieši (58%), salīdzinot ar citām tautībām (63%).

Augstāks atbalstītāju loks ir risinājumam, ka azartspēles un loterijas būtu jāatļauj organizēt tikai atsevišķās norādītās pilsētas zonās, lai ierobežotu to pieejamību – to atbalsta 77% respondentu, bet neatbalsta 12%. Atbildes līdzīgi kā viedoklī par vispārēju aizliegumu ietekmē respondenta dzimums un vecums (vīrieši un jaunākie respondentu ierobežojumus atbalsta mazākā mērā, taču jauniešu gadījumā to atkal ietekmē viedokļa trūkums, respektīvi, ir augsts "grūti pateikt" īpatsvars), taču tautībai vairs nav izšķirošas nozīmes. Interesanti, ka Rīgā, kur tiek ieviesti šādi ierobežojoši pasākumi, atbalstītāju loks ir nedaudz zem vidējā – 71%, taču šī starpība veidojas galvenokārt uz augstāka "grūti pateikt" īpatsvara rēķina. Šādu pasākumu neatbalsta vien 14% rīdzinieku.

2.3.attēls. Apgalvojumu par azartspēļu regulējumu un spēļu vietu izvietojumu novērtējums dzimuma, vecuma un tautības griezumā



Attiecībā uz spēļu zāļu izvietojumu arī tie pētījuma dalībnieki, kas sniedza padziļinātās intervijas, uzskatīja, ka azartspēļu vietas ir ne tikai pieejamas, bet pat pārāk uzmācīgas un nereti blīvi izvietotas, radot vēlmi tajās neplānoti iegriezties.

Tajā [spēlētāju atbalsta] programmā, kurā es biju, nezinu, kurš gudrītis to bija izdomājis – "tu neej tur, kur ir spēļu zāles, kur ir uzraksti". Tad iznāk, ka man ir jādzīvo mazā pagastā! Bez mobilā telefona! Mežā būdā! To tā nevar. Mūsu valstī tas [spēļu zāles] ir par daudz. (Vīrietis, 33 gadi)

Es teicu, kāpēc Jums stāv [spēļu zāle] pašā centrā? Autoosta, tur ir jaunieši, tur ir viss, tur ir dzelzceļa stacija, viss stāv tā kā uz delnas. Tas ir, kā saka, kārdinājums bezgalīgs. Ja viņš būtu kaut kur prom no acīm, varbūt tā nebūtu. (Sieviete, 72 gadi)

Spēlētāji ar problēmām norāda, ka spēļu zāļu tīkli atrodas tik tuvu mājām, ka nav iespējams izvairīties no vizuāla kontakta. Tiesa, spēlētāju diskusijā tikai viens no dalībniekiem ar iepriekšējām spēlēšanas problēmām aicināja uz pilnīgu zāļu aizliegumu ārpus tūristiem paredzētām viesnīcām. Lielāka daļa dalībnieku vēlējas zāļu skaitu ievērojami samazināt, taču ap 1/3 zāļu atstāt, vienlaikus gan aicinot aizliegt reklāmu spēļu zāļu ārpusē, kas ļautu vizuāli no ārpusē identificēt spēļu vietu.

Bažas par klātienē spēlētāju iedzīšanu virtuālajā vidē, kuru nozares pārstāvji uzsvēra kā sekas spēļu zāļu skaita samazināšanai, šis pētījums gan pilnībā neapstiprina. Kvalitatīvie dati rāda, ka azartspēļu spēlēšanai klātienē ir citi pievilksanas mehānismi un klātienē spēlētājiem spēlēšana virtuālā vidē nesniedz gaidītās sajūtas. Arī kvantitatīvie dati rāda, ka spēlētāju grupas tiešsaistē un klātienē pilnībā nepārklājas.

2.4.6. Nelegālo spēļu vietņu bloķēšana

Viens no nosacījumiem, lai kontrolētu azartspēļu spēlēšanu internetā, ir vietņu licencēšana. Spēlēšana nelicencētās vietnēs ir arī IAUI apzināta un risināta problēma, identificējot un slēdzot nelegālās vietnes. Lai arī intervijā IUAI vadītāja atzīmē vairākas negatīvas sekas spēlētājiem nelegālās vietnēs – nedrošība par iespējamā laimesta izmaksu, iespējas trūkums spēlētājiem ierobežot savus spēlēšanas paradumus, vietnes atbilstību vispārpieņemtajiem standartiem, paši spēlētāji neviennozīmīgi izturas pret nelegālām azartspēļu vietnēm internetā.

Aptaujas dati liecina, ka pusei respondentu (46%), kas pēdējā gada laikā spēlējuši azartspēles internetā, spēļu vietnes legalitāte ir ļoti vai drīzāk svarīga, bet 45% drīzāk un pilnīgi nesvarīga (turklāt tai skaitā 33% – pilnīgi nesvarīga). Padziļinātajās intervijās spēlētāji lielākoties pauda neitrālu vai pozitīvu attieksmi pret nelegālajām vietnēm, norādot, ka no spēlētāja perspektīvas būtiskas atšķirības nepastāv.

... vienīgā atšķirība ir, kura ir saņēmusi licenci, lai darbotos Latvijā, un faktiski Latvijas licence ir kaut kādiem Latvijas uzņēmumiem, kas ir uztaisījuši Latvijā paši, tad viņi darbojas tikai Latvijas tirgū, varbūt vēl kaut kur, tad viņi izņem te licenci un darbojas. Reāli jau tās, kuras sauc par nelicencētajām, tās ir lielas ārvalstu kompānijas ar ļoti lielu kapitālu, kvalitatīvāku servisu nekā tās vietējās, viņas negrib pirkt Latvijas licenci, tirgus ir mazs, tā es saprotu. (Intervija ar anonīmiem NVO pārstāvjiem)

Interneta azartspēļu galvenā priekšrocība ir to pieejamība, salīdzinājumā ar tradicionālajām azartspēlēm. Ja nelegālā spēļu vietne, piemēram, <http://bet365.com/>, var nodrošināt ērtu un vienkāršu lietojamību, tulkojumu latviešu un krievu valodā un tā ir pieejama, pat, ja spēlētājs ir uzlicis sev ierobežojumu Latvijas reģistrētajās vietnēs, tad no spēlētāja perspektīvas nav nekāda iemesla to nelietot.

IAUI vadītāja intervijā norādīja, ka šo jomu efektīvi regulēt neļauj augstais elektronisko sakaru pakalpojumu sniedzēju skaits. Kaut arī IAUI veic Latvijas Republikā nelicencētu interaktīvo azartspēļu

organizētāju mājaslapu bloķēšanu, tā bieži ir neefektīva. Inspekcijas mājaslapā atrodamais saraksts ar bloķētajām azartspēļu mājaslapām satur vietnes, kuru apmeklēšana ziņojuma autoriem tomēr bija iespējama mājaslapu pāradresācijas mehānismu dēļ. 2018. gada 11.martā tika testēts IAUI publiskotais saraksts, kuru veidoja 26.februārī bloķētas 9 mājaslapas. Visas 9 interneta vietnes klientiem joprojām bija brīvi pieejamas.

Tas viens no mūsu lielākajiem izaicinājumiem – šo te nelegālo vietņu bloķēšana. Ja tie būtu vien 1-10 elektronisko sakaru komersanti, kuri ir jānobloķē... Tie, kas nezina, tiem ir liels pārsteigums, ka mums Latvijā ir vairāk kā 260 elektronisko sakaru pakalpojumu sniedzēju, kurus ir ļoti grūti kontrolēt, grūti sekot līdz, ko kurš dara. Pļavniekos lielā daudzdzīvokļu mājā vienā kāpņu telpā varbūt ir viens piedāvātājs, bet nākamā cits un trešajā – trešais. Mēs nezinām, kurā kurš piedāvā. Ja var spēlēt kādu nelegālo vietni, mēs nezinām, kurš to izdarījis. Tā ir milzīga resursu tērēšana, un tur rodas tā negatīvāte, ko saka elektronisko komersantu asociācija, kas tas ir kā strādāt pret vēju. Bet tā ir viņu pašu bezatbildība, neizdarība un nevēlēšanās ievērot likuma prasības. (Signe Birne, IAUI)

Viens no rīkiem, kas tiek izmantots, lai diskutētu par jaunu risinājumu veidošanu azartspēļu atkarības jautājumos, tostarp, interneta azartspēļu jomā, ir Finanšu ministrijas 2018.gada februārī izveidotā starpinstitucionālo darba grupa politikas plānošanas dokumenta azartspēļu un izložu organizēšanas jomā, kas varētu viest izmaiņas pašlaik īstenotajā politikā attiecībā uz azartspēļu un izložu jomu.

Kā intervijā norādīja darba grupā iesaistītās amatpersonas un eksperti, šī darba grupa ir pozitīvs pirmais solis ceļā uz ciešāku sadarbību.

Tagad ir bijusi darba grupa. Viens raunds. Ģenerālās līnijās viss ir izrunāts. Mēs esam izteikuši savus viedokļus, kas ir vērtējams ļoti labi, bet tagad sagaidāms, ka tiks sagatavots kāds priekšlikums, kuru tad varēs atkal apspriest. Bet tas ir tikai procesa sākums, kur visi ir nosēdušies pie viena galda. (Andis Jacino, Latvijas Spēļu biznesa asociācija)

Darba grupa kopumā ir vērtīgs rīks, lai veicinātu starpsektoru sadarbību, taču nepieciešams stiprināt tās nozīmi un strādāt uz arī citu sektoru pārstāvju piesaisti.

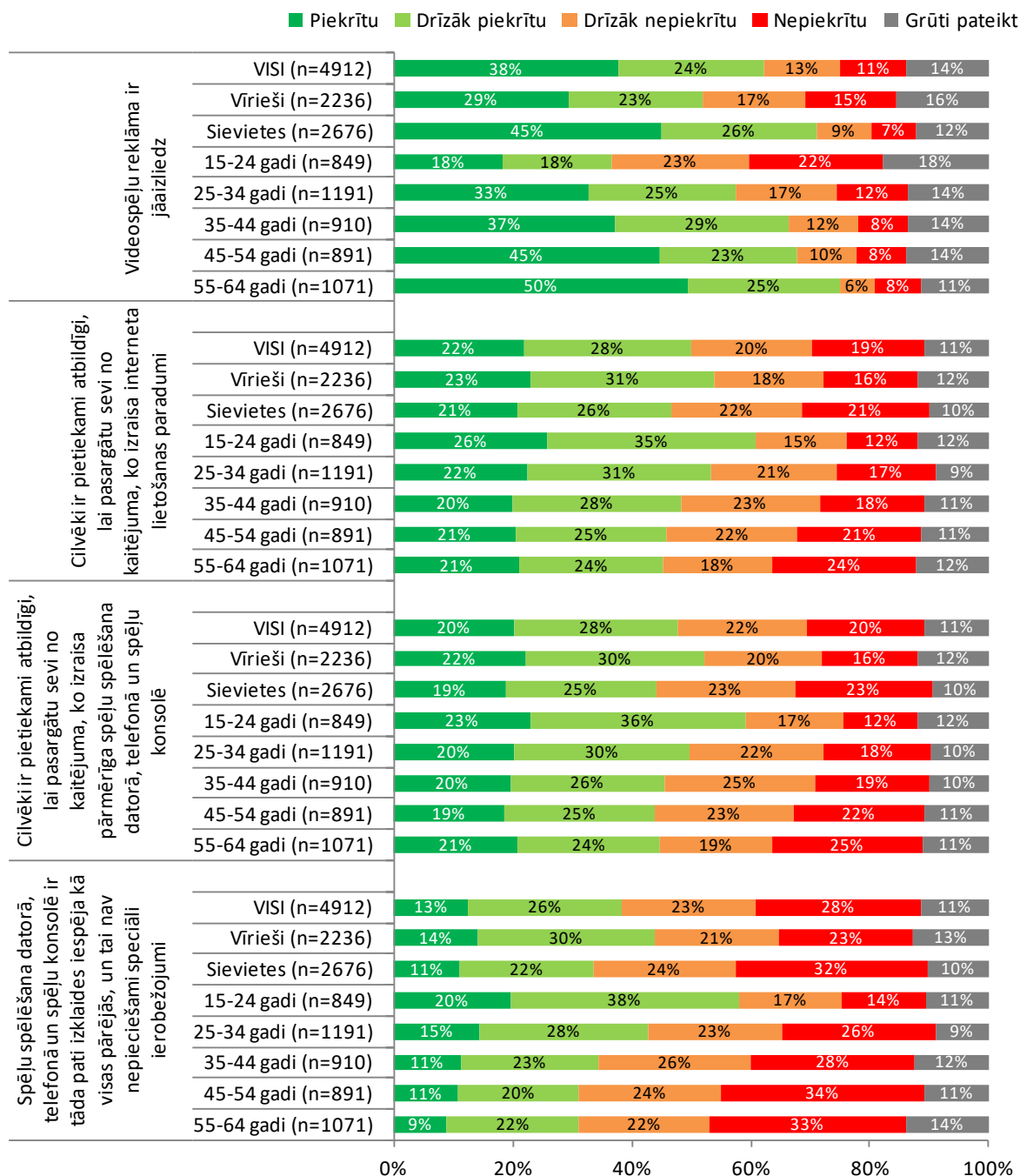
2.4.7. Interneta un videospēļu regulējums

Saistībā ar neveselīgiem videospēļu spēlēšanas paradumiem Latvijā ir izdoti divi tiesību akti – 2006.gada 6.jūnija MK noteikumi Nr.452 “Datorspēļu izplatīšanas noteikumi” un 2012.gada 24.janvāra MK noteikumi Nr.70 “Alkohola, narkotisko, psihotropo, toksisko vielu, azartspēļu vai datorspēļu atkarības slimnieku ārstēšanas kārtība”.

MK noteikumu Nr.452 uzdevums ir regulēt datorspēļu izplatīšanas kārtību. Šie noteikumi attiecas vien uz datorspēļu izplatīšanu un nemin cita veida elektroniskās ierīces (viedtelefonus, planšetes, spēļu konsoles), kurās tiek spēlētas spēles. Noteikumi ir pieņemti 2006. gadā un par spīti straujām videospēļu tirgus izmaiņām nav tikuši papildināti. Aizsargājot klientu, noteikumi paredz brīdinošu uzrakstu izvietojumu uz datorspēļu iepakojumiem. Noteikumi paredz, ka šis uzraksts izvietojams uz datorspēles vai tās iepakojuma, ja datorspēle pieejama kompaktdiskā vai kasetes formā. Ņemot vērā, ka vairākums

videospēļu mūsdienās tiek iegādātas ar interneta starpniecību bez fizisku datu nesēju starpniecības¹⁸, šīs normas mērķis vairs netiek efektīvi sasniegts.

2.4.attēls. Apgalvojumu par regulējuma nepieciešamību un pašu spēlētāju atbildību videospēļu un interneta lietošanas gadījumā novērtējums



Situāciju vēl tālāk sarežģī apstākļi, ka noteikumi paredz, ka Latvijā ir tiesības bez papildu marķējuma izplatīt datorspēles, kuras ir likumīgi ražotas vai laistas apgrozībā kādā no Eiropas Savienības dalībvalstīm, Turcijā vai kuras ir likumīgi ražotas kādā no Eiropas Brīvās tirdzniecības asociācijas valstīm,

¹⁸ Skat. <https://www.nytimes.com/2015/12/21/technology/as-downloads-take-over-a-turning-point-for-the-video-game-industry.html>

kas ir Eiropas Ekonomikas zonas līguma līgumslēdzējas puses. Ņemot vērā, ka šajā grupā ietilpst lielākā daļa valstu, kuras ražo vai laiž apgrozībā datorspēles, noteikumi attiecas vien uzniecīgu daļu no datorspēlēm, kuras tiek izplatītas Latvijas teritorijā.

Attiecībā uz videospēļu un viedierīču problemātiskas lietošanas izplatību Latvijā nav vienotas politikas. Eksperti norāda, ka šī joma ir atšķirīga no azartspēlēm un tā skar galvenokārt bērnus un jauniešus. Kā norāda eksperti, problēmas visbiežāk tiek konstatētas gadījumos, kad spēlēšanas paradumi ietekmē bērnu vai jauniešu uzvedību un tā kļūst traucējoša vecākiem vai izglītības iestādēm, taču efektīvai intervencei nepieciešama agrīnāka problēmu diagnostika. Bērnu psihiatrijas klīnikas vadītājs Nikita Bezborodovs norāda uz nepieciešamību ieviest kopienā balstītu pakalpojumu, apvienojot labklājības, veselības un izglītības jomas resursus. Sīkāk atbalsta mehānismi un iestrādes aprakstīti 6.nodaļā, te norādām, ka politikas jomu ietekmē vāja starpinstitutionālā sadarbība un pieredzes trūkums, strādājot gan ar mērķa grupu, gan problēmu. Šo jomu vajadzētu skatīt iekļaujošas izglītības ietvarā, kur patlaban tiek veidots institucionālais ietvars, stiprinot atbalsta resursus.

Arī aptaujā tika iekļauti vairāki apgalvojumi par videospēļu un pārmērīgas interneta lietošanas ierobežojumiem. Attieksme pret šiem procesiem ir kritiska, taču mazākā mērā nekā azartspēļu gadījumā (skatīt 2.4.attēlu). Tam, ka spēļu spēlēšana datorā, telefonā un spēļu konsolē ir tāda pati izklaides iespēja kā visas pārējās, un tai nav nepieciešami speciāli ierobežojumi piekrīt 38% respondentu (azartspēlēm 25%), bet 50% tam nepiekrīt. Biežāk tam piekrīt 15-24 gadu veci respondenti (58%) un vīrieši (44%).

Ir maz šīs procesa jomas ierobežošanas rīku. Tam, ka videospēļu reklāma ir jāaizliedz, piekrīt 62% respondentu, bet 24% tam nepiekrīt. Jauniešu grupā (15-24 gadi) atbalsts aizliegumam ir ievērojami zemāks – 37%. Grūti atbildēt ir 14% respondentu, bet jauniešu vidū – 18% (azartspēļu gadījumā jauniešiem viedokļa nebija biežāk). Tāpat izteikta atšķirība vērojuma dzimuma ziņā – aizliegumu atbalsta 71% sieviešu un 52% vīriešu. Savukārt novelt atbildību uz pašiem spēlētājiem vai ierīču lietotājiem respondenti arī nav gatavi – tam, ka cilvēki ir pietiekami atbildīgi, lai pasargātu sevi no kaitējuma, ko izraisa interneta lietošanas paradumi/pārmērīga spēļu spēlēšana datorā, telefonā un spēļu konsolē piekrīt attiecīgi 50% un 48% respondentu. Arī te individuālu atbildību biežāk atbalsta jaunieši un vīrieši.

3. STATISTIKAS UN APTAUJU DATU ANALĪZE

Statistikas dati par procesu atkarībām pieejami tikai saistībā ar atsevišķiem atkarību aspektiem vai atsevišķām personu kategorijām. Ar šādas informācijas apkopošanu savas kompetences robežās nodarbojies Slimību profilakses un kontroles centrs, Izložu un azartspēļu uzraudzības inspekcija, kā arī Centrālā statistikas pārvalde.

Kopumā procesu atkarība nav problēma, kuru ārsti un pacienti Latvijā bieži apzinās, diagnosticē un ārstē. Par to liecina ar 2017.gada laikā ārstēto pacientu skaits piecās atkarību kategorijās¹⁹:

- alkohola atkarība – ārstēti 6006 pacienti (1634 pirmreizēji);
- narkotisko, psihotropo un toksisko vielu atkarība – ārstēti 1577 pacienti (193 pirmreizēji);
- azartspēļu atkarība – ārstēti 40 pacienti (21 pirmreizējais);
- interneta atkarība – ārstēti 9 pacienti (6 pirmreizēji);
- videospēļu (datorspēļu) atkarība – ārstēti 12 pacienti (7 pirmreizēji).

3.1. AZARTSPĒLES

Visplašāk ir pētīts un arī apzināts azartspēļu jautājums, tomēr šie dati vai nu ir visai sen iegūti vai arī skar vienīgi specifiskus azartspēļu aspektus.

2006.gadā SKDS veiktajā aptaujā „Sabiedrības attieksme pret azartspēlēm” uzdota virkne jautājumu, kas mērā to, cik būtiska ir azartspēļu problemātika Latvijas iedzīvotāju dzīvē. Pie trim problēmām, kuras Latvijas valdībai vai pašvaldībām būtu jārisina vispirmām kārtām, azartspēļu apkarošana gandrīz neparādās (attiecībā uz valsti to nosaucis 1 respondents no 1009, attiecībā uz pašvaldību - 4)²⁰. Atbildot jau uz atvērto jautājumu – vai kāds uzņēmējdarbības veids būtiski aizskar iedzīvotāju intereses – tāpat azartspēles nosauktas tikai 1,2% gadījumu²¹.

Mazliet savādākas atbildes iegūtas, kad jautājums uzdots konkrētākā formā – kādas problēmas iedzīvotājiem nodara visbūtiskāko kaitējumu (sk.3.1.attēlu) – 30% šādā situācijā nosauc azartspēles, tomēr redzam, ka no piedāvātajiem atbilžu variantiem kā būtiskāks kaitējums norādīta alkohola lietošana, bezdarbs, inflācija, korupcija, narkomānija, savukārt retāk minēta noziedzība (smēķēšanu šajā kontekstā var neanalizēt, jo iepriekš minēto parādību kontekstā tā gandrīz vispār par būtiski kaitīgu netiek atzīta). Cēlonis, kāpēc azartspēles šajā problēmu sarakstā ir starp retāk izvēlētajām atbildēm, visdrīzāk saistās ar to, ka problēma tiešā veidā skar mazāku sabiedrības daļu. Spēļu zāļu esamību kā tādu kā intereses aizskarošu skatījuši 9%, motivējot to galvenokārt nevis ar „pašu personisko pieredzi,

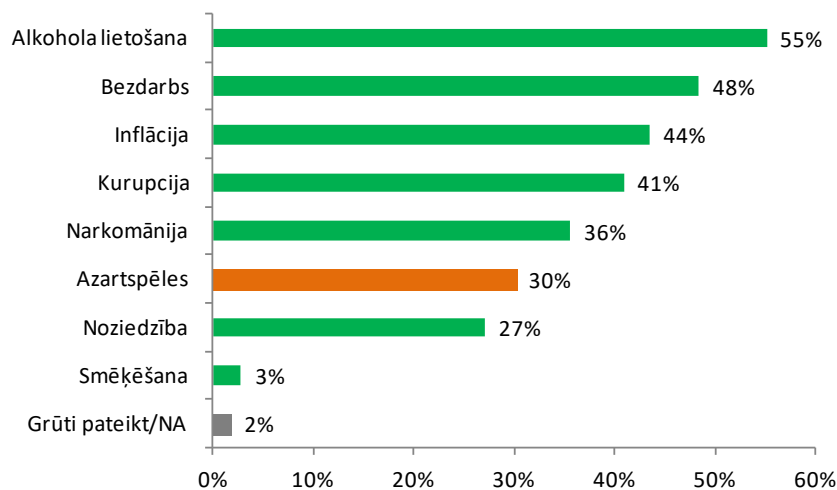
¹⁹ Dati no SPKC kopsavilkuma „Psihiskie un uzvedības traucējumi psihoaktīvo vielu lietošanas dēļ”, https://www.spkc.gov.lv/upload/Psihiska_veseliba_pazinojumi/narkologija_2017_04072018.doc
Jāņem vērā, ka izmantotais SSK-10 kods F63.0 saskaņā ar definīciju apzīmē tikai patoloģisku tieksmi uz azartspēlēm, lai gan SPKC statistikā tiek attiecināts arī uz datorspēļu un interneta atkarību.

²⁰ Tirgus un sabiedriskās domas pētījumu centrs SKDS. Sabiedrības attieksme pret azartspēlēm, 2006, 9.-11.lpp. http://lsba.lv/content/uploads/2017/05/2006_09__Sabiedrības-attieksme-pret-azartspelem.pdf

²¹ Turpat, 14.lpp.

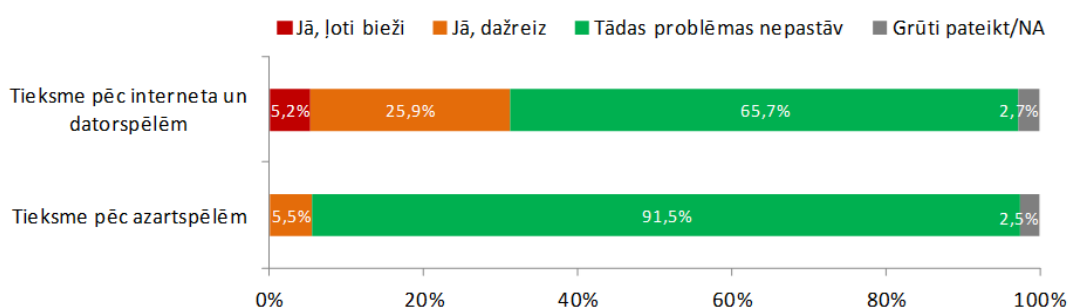
bet gan sabiedrībā diezgan plaši izplatītajiem viedokļiem (stereotipiem) (piemēram, par apzinātu bērnu iesaistīšanu un netīrās naudas atmazgāšanu, u.tml.)”²²

3.1.attēls. Problēmas, kuras iedzīvotāji nosaukuši kā tādas, kas viņiem nodara visbūtiskāko kaitējumu²³



Avots: SKDS aptauja 2006.gadā, n=1009, iespējamās vairākas atbildes.

3.2.attēls. Vai ģimenē pastāv problēmas, kas saistītas ar nepilngadīgo tieksmi pēc interneta un datorspēlēm, kā arī ar tieksmi pēc azartspēlēm²⁴



Avots: SKDS aptauja 2006.gadā, n=372 (respondenti, kuru ģimenē ir nepilngadīgie vecumā līdz 18 gadiem).

Arī nepilngadīgo kontekstā azartspēļu problemātika netiek izvirzīta priekšplānā – tā uz jautājumiem par to, vai ģimenē pastāv problēmas, kas saistās ar nepilngadīgo tieksmi pēc azartspēlēm, interneta un datorspēlēm, problēmas ar internetu un datorspēlēm tiek izceltas ievērojami biežāk (sk.3.2.attēlu), kamēr problēmas, kas saistītas ar azartspēlēm kā „dažreiz” pastāvošas saskatījuši 5,5% respondentu, kuriem ir bērni, bet kā „ļoti bieži” pastāvošas – neviens.

Kā liecina 2015.gada dati no ESPAD pētījuma „Atkarību izraisošo vienu lietošanas paradumi un tendences skolēnu vidū” (pēdējā pētījuma nodaļa veltīta procesa atkarībām), tad azartspēļu spēlēšanai

²² Turpat, 15.lpp.

²³ Turpat, 18.lpp.

²⁴ Turpat, 18.lpp.

ir cieša sakarība ar vecumu – to, ka pēdējo 12 mēnešu laikā spēlējuši azartspēles par naudu, aptaujā norādījuši:

- 6,9% 13 gadus veco skolēnu;
- 12,9% 14 gadus veco skolēnu;
- 15,5% 15 gadus veco skolēnu;
- 14,2% 16 gadus veco skolēnu;
- 16,7% 17 gadus veco skolēnu.

Ar dzimumu saistība ir vēl ciešāka – pētnieki norāda, ka „15 gadus veco jauniešu vidū azartspēles uz naudu spēlējuši 22,8% zēnu un 8,6% meiteņu” (turpat, 78.lpp).

Populārākās spēles jauniešu vidū ir kāršu spēles, kuras spēlējuši gandrīz visi no jauniešiem, kas pēdējā gada laikā spēlējuši azartspēles par naudu, aptuveni divas trešdaļas no viņiem piedalījušies arī loterijās, aptuveni puse – likuši likmes uz sporta spēļu rezultātiem un dzīvnieku sacensībām vai spēlējuši spēļu automātus. Tāpat raksturīgi, ka visos šajos gadījumos spēlējušo procents internetā ir nedaudz augstāks par to jauniešu īpatsvaru, kas attiecīgās spēles spēlējuši tradicionālā veidā (turpat).

Runājot par personisko pieredzi azartspēļu spēlēšanā visas sabiedrības (nevis tikai jauniešu) mērogā, varam konstatēt, ka 2007.gadā 20% iedzīvotāju vecumā no 18 līdz 74 gadiem atzinuši, ka apmeklējuši spēļu zāles vai kazino savas dzīves laikā (SKDS, 2007), tomēr šīs informācijas lietderība mūsdienās kļūst arvien niecīgāka – jau 2009.gada publikācijā²⁵ par azartspēļu biznesa situāciju konstatēts, ka „cilvēki arvien vairāk azartspēles sāk spēlēt internetā”, un mūsdienās šī tendence vienīgi vēršas plašumā – 2016.gadā 7,26% no nozares kopējiem ieņēmumiem tika gūti interaktīvo azartspēļu sektorā, turklāt kopš 2013.gada azartspēļu apgrozījums finansiālā izteiksmē deviņkārtšojies. Kā viens no galvenajiem iemesliem, kāpēc izaugsme šajā sektorā ir tik strauja, nozares pārstāvji min nelicenzēto vietņu bloķēšanu²⁶.

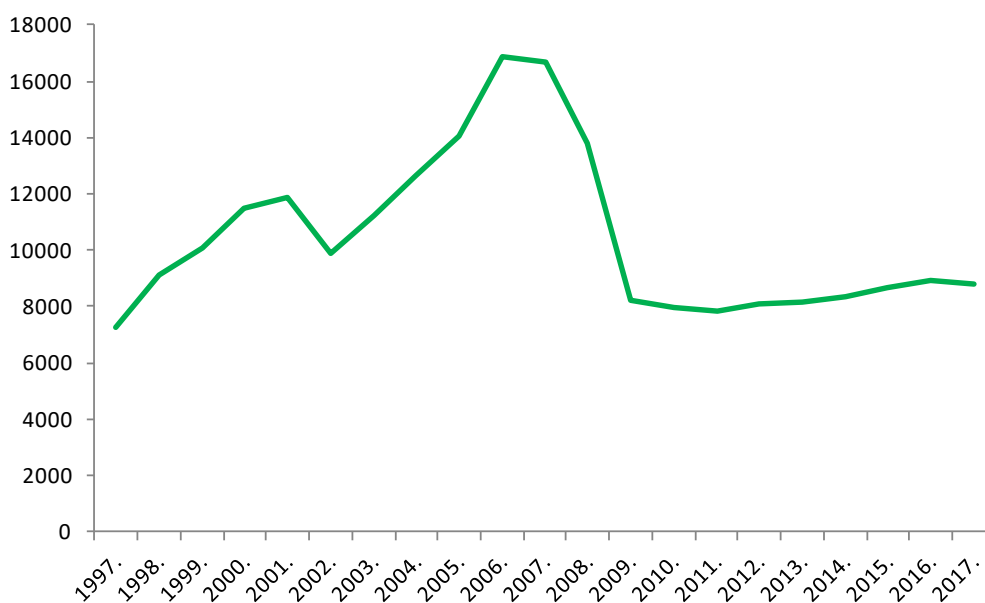
Ja analizējam azartspēļu pieejamību ārpus interneta, tad varam konstatēt, ka spēļu zāļu un spēļu automātu pieejamība kopš 2009.gada nav būtiski mainījusies (sk. 3.3. un 3.4.attēlu).

Straujā krituma cēlonis pirms 2009.gada ir administratīvs – pašvaldības ierobežoja jaunu azartspēļu vietu pieejamību savā teritorijā, kas praksē nozīmēja to, ka daudz ievērojamāks apgrozījums koncentrējās tajās vietās, kur spēļu zāles un automāti bija pieejami. Turklāt 2006. gada 8. jūnijā stājās spēkā izmaiņas Azartspēļu un izložu likumā, kuras noteica aizliegumu spēļu automātiem atrasties “veikalos, kultūras iestādēs, dzelzceļa stacijās, autoostās, lidostās, ostās, izņemot spēļu zāles, totalizatoru vai derību likmju pieņemšanas vietas, kas izveidotas ar būvkonstrukcijām norobežotās telpās ar atsevišķu ieeju tikai no ārpuses”.

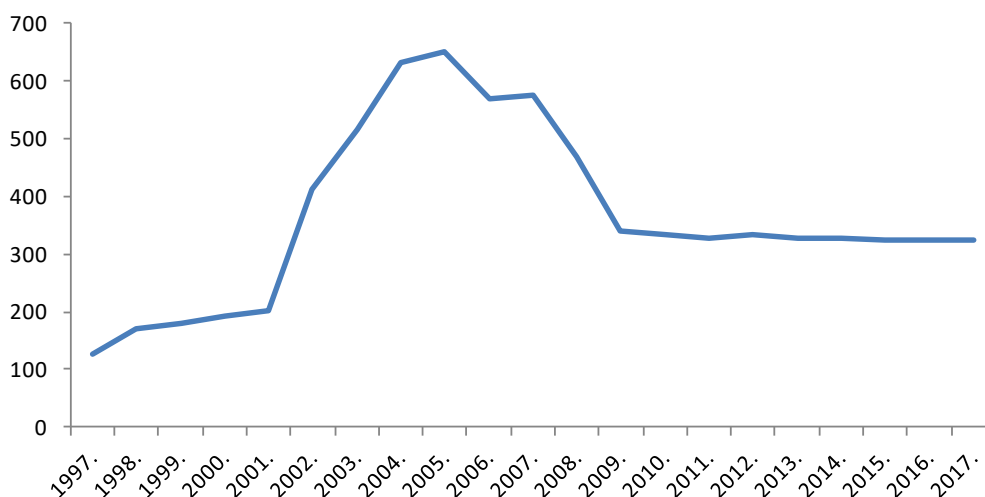
²⁵ „Spēļu elles” nomaina internetk kazino un pokers”, Kas jauns, 2009.gada 2.jūnijs.
<http://jauns.lv/raksts/zinas/232609-spelu-elles-nomaina-internetkazino-un-pokers>

²⁶ Guntars Veidemanis. Azartspēļu nozare gandrīz atgriezusies „treknajos gados”.
http://www.delfi.lv/bizness/biznesa_vidē/azartspēļu-nozare-gandrīz-atgriezusies-treknajos-gados.d?id=48599967

3.3.attēls. Azartspēļu automātu skaita dinamika²⁷



3.4.attēls. Spēļu zāļu skaita dinamika²⁸



3.5.attēls liecina, ka azartspēļu apgrozījums par spīti spēļu vietu skaita ierobežojumiem pārsniedzis to līmeni, kāds bija 2007.gadā – tas ir – pirms administratīvo ierobežojumu parādīšanās.

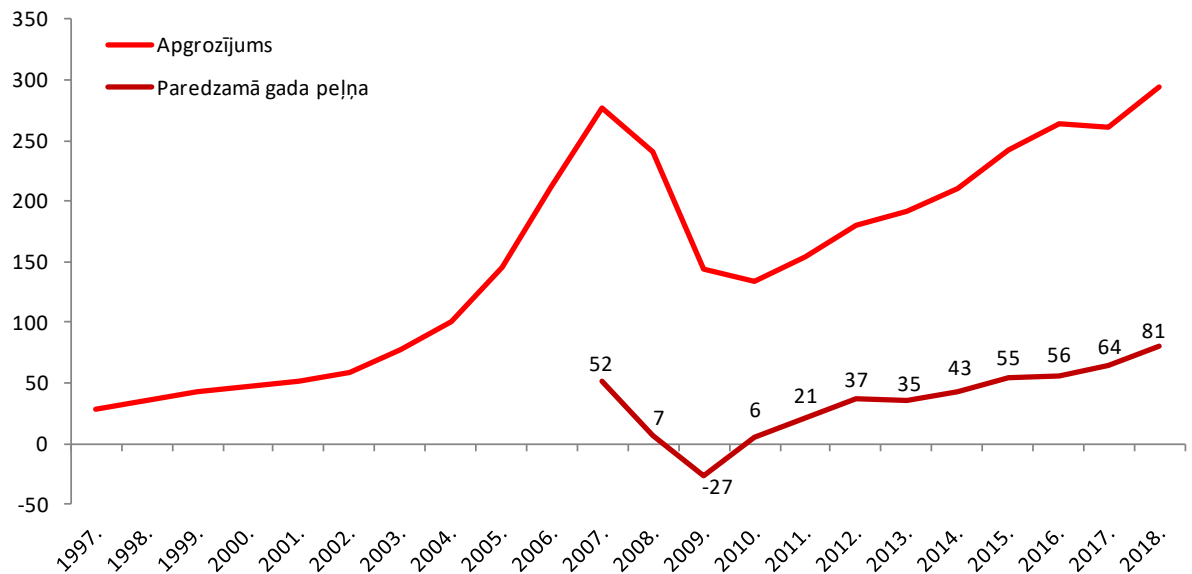
Turklāt, kā liecina dati sīkākos griezumos, nav iespējams apgalvot, ka kādā no lielākajiem azartspēļu sektoriem – teiksim, spēļu automātiem vai kazino – apgrozījuma dinamika veidotos būtiski savādāka.

Peļņas rādītāji, kas arī atspoguļoti 3.5.attēlā, parāda, ka ar zaudējumiem nozare strādājusi tikai 2009.gadā – 2010.gadā, kas Latvijā bija ekonomiskās krīzes laiks, peļņa, lai arī niecīga, tomēr bijusi, turklāt šobrīd peļņa arī uzrāda pieauguma tendences, kas pēc būtības liecina, ka Latvijas valsts, vismaz veidojot budžeta ieņēmumu daļu, arī azartspēļu pieaugumā ir finansiāli ieguvusi.

²⁷ Turpat.

²⁸ Turpat.

3.5.attēls. Azartspēļu nozares kopējā apgrozījuma un paredzamās gada peļņas dinamika (miljonos eiro)²⁹



Turklāt jāņem vērā, ka uzņēmums „Latvijas Loto” ir valstij piederoša akciju sabiedrība, un tās peļņa 2016.gadā bija ap 5 miljoniem eiro, kas ir ap 9% no visas nozares peļņas šajā gadā, bet valsts budžetā tā 2016.gadā iemaksājusi 4,5 miljonus eiro³⁰. 2018.gada peļņa „Latvijas Loto” tiek prognozēta augstāka, turklāt 2019.gadā uzņēmums plāno darbību paplašināt, ienākot arī interaktīvo azartspēļu un sporta derību tirgū – kā mērķis tie norādīta tirgus daļas atņemšana nelegālajiem azartspēļu rīkotājiem³¹.

²⁹ **Dati no:**

1. Guntars Veidemanis. Azartspēļu nozare gandrīz atgriezusies „treknajos gados”. Delfi, 10.03.2017. http://www.delfi.lv/business/biznesa_vidē/azartspēļu-nozare-gandrīz-atgriezusies-treknajos-gados.d?id=48599967
2. Izložu un azartspēļu uzraudzības inspekcijas statistika: <https://www.iaui.gov.lv/images/Statistika/AzartSpeles/Statistika/Neto2007-2017.jpg> (skatīts 2018.gada martā)
3. Ģirts Kasparāns. Latvijas azartspēļu bizness atgriežas “trekno gadu” līmenī. Latvijas Avīze, 29.04.2018. <http://www.la.lv/vieniem-pelna-citiem-asaras>
4. Apgrozījums no azartspēlēm pagājušajā gadā Latvijā pieaudzis par 11,7%. Diena, 27.02.2019. <https://www.diena.lv/raksts/latvija/zinas/apgrozijums-no-azartspelem-pagajusaja-gada-latvija-pieaudzis-par-117-14215190>

³⁰ “Latvijas Loto” pērn sasniedz rekordpeļņu - 5 miljonus eiro. News.lv, 30.05.2017. http://news.lv/Klientu_portfelis/2017/05/30/latvijas-loto-pern-sasniedz-rekordpelnu-5-milonus-eiro

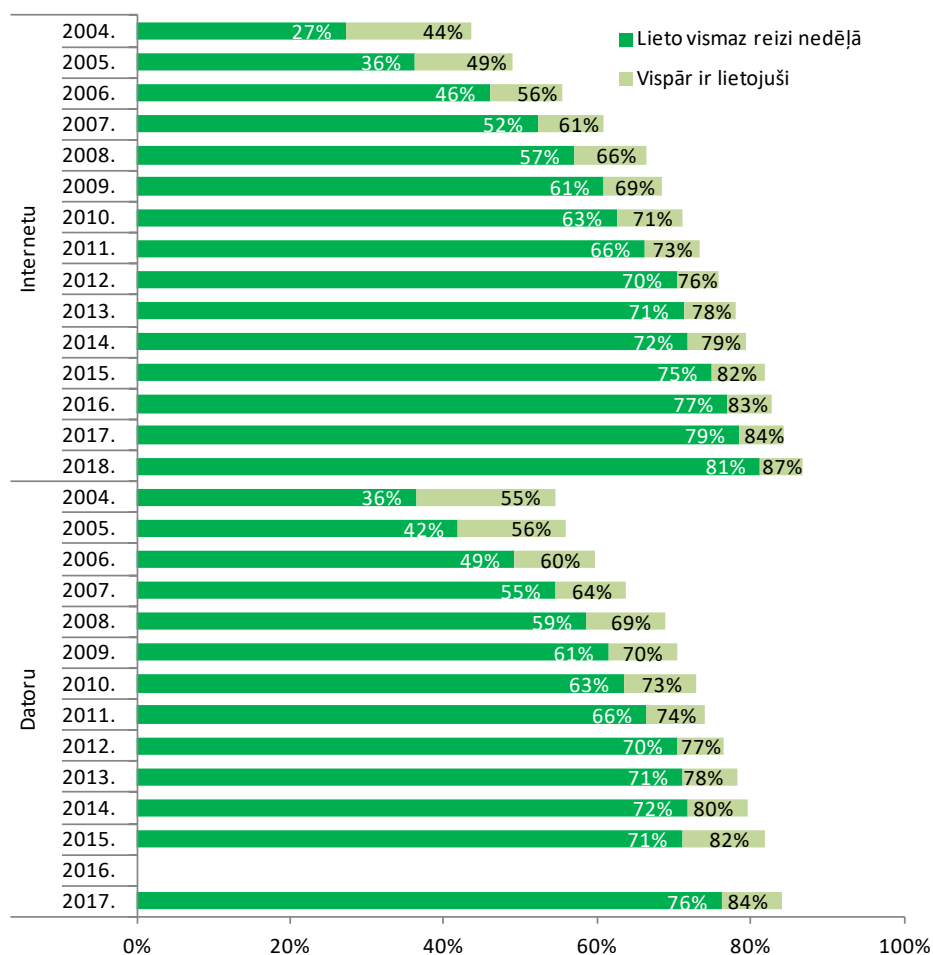
³¹ “Latvijas Loto” ieies interaktīvo azartspēļu un sporta derību tirgū. Sos113.eu, 04.01.2019. http://news.lv/Klientu_portfelis/2017/05/30/latvijas-loto-pern-sasniedz-rekordpelnu-5-milonus-eiro

3.2. INTERNETA IZMANTOŠANA

Internets un datori pakāpeniski ienāk sabiedrības dzīvē, kļūstot par ikdienu. Šī procesa gaitu uzskatāmi demonstrē 3.6.attēls:

- ja 2004.gadā datoru vismaz reizi nedēļā lietoja vien 36% Latvijas iedzīvotāju, tad 2017.gadā tie bija 76% (2018.gada dati šajā sadaļā nav pieejami);
- ja līdz 2009.gadam dators bija galvenais līdzeklis kā pieslēgties internetam, bet paralēli tam dators nereti tika izmantots bez interneta pieslēguma, tad šobrīd situācija ir pretēja – pieslēgšanās iespēju internetam nodrošina arī mobilās ierīces, tāpēc interneta izmantotāju īpatsvars šobrīd ir augstāks nekā datora izmantotāju īpatsvars;
- personu īpatsvars, kas nekad nav izmantojuši internetu, 2018.gadā sarucis līdz 13%.

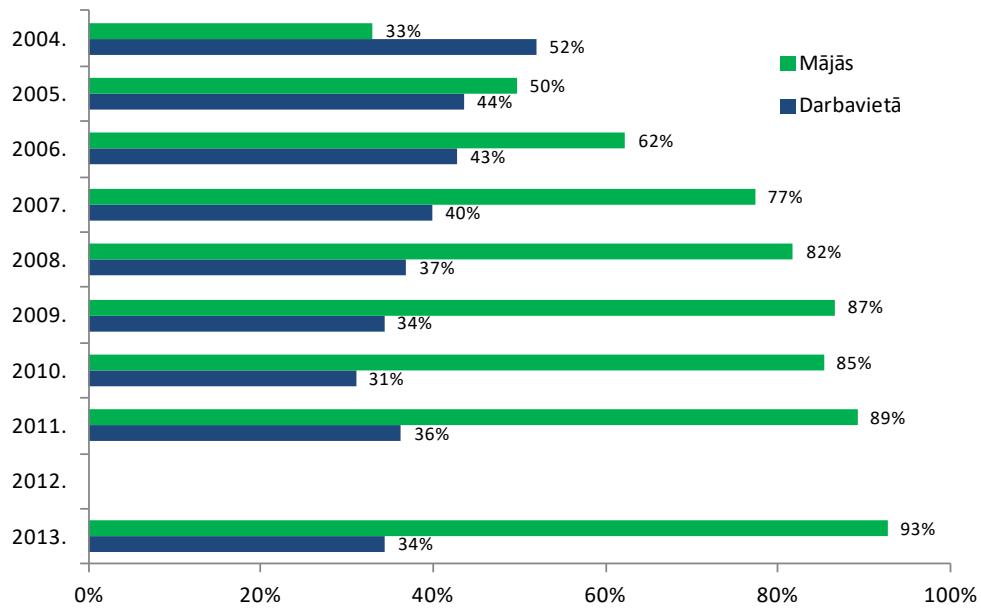
3.6.attēls. Datora un interneta izmantošanas dinamika



Avots: Centrālās statistikas pārvaldes datubāze, ITMG040 tabula

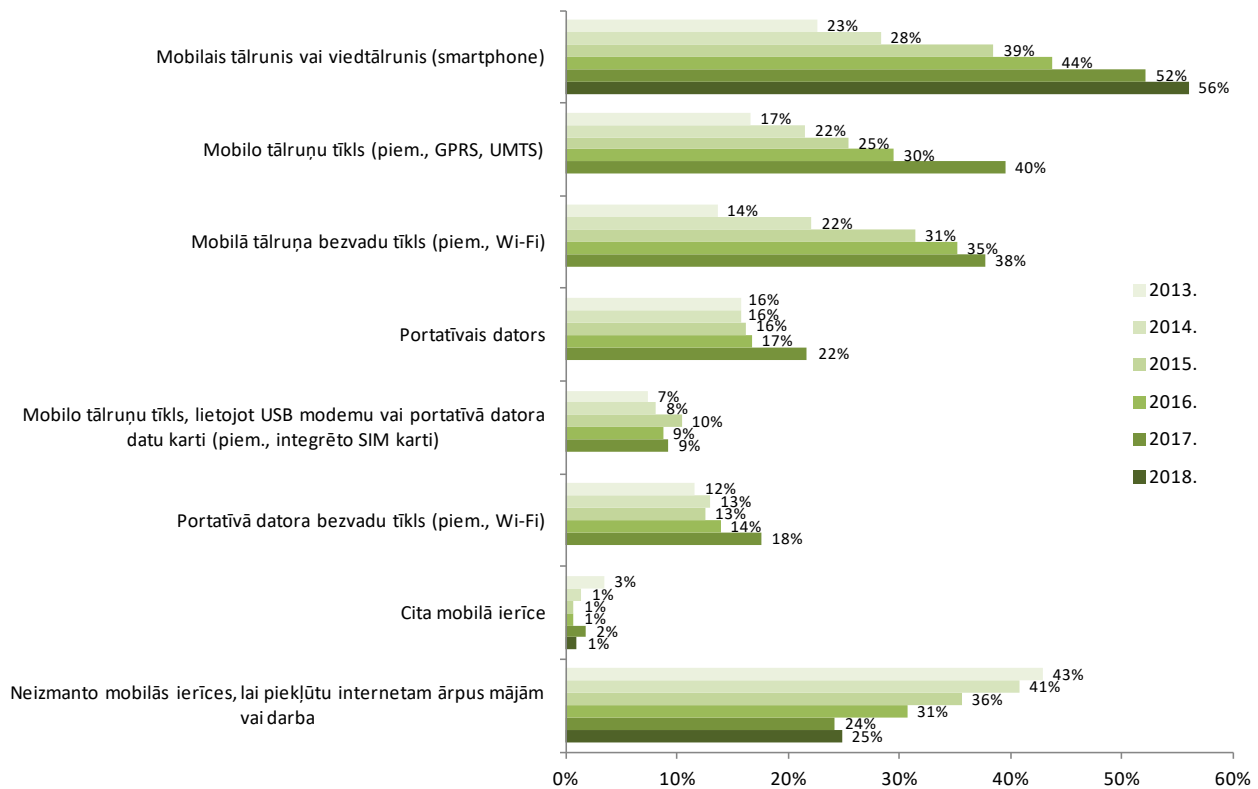
Precīzāk šo situāciju raksturo 3.7.attēlā redzamais – vēl 2004.gadā internets cilvēkiem bija biežāk pieejams darbā, bet mājās – tikai 33%. Kopš tā laika internetu izmantojošo īpatsvars darbā nostabilizējies aptuveni 31-36% līmenī, savukārt mājās tas jau 2013.gadā bija pieejams teju katram interneta lietotājam.

3.7.attēls. Interneta izmantošanas vietas 2004.-2013.gadā



Avots: Centrālās statistikas pārvaldes datubāze, ITMG050 tabula

3.8.attēls. Mobilo ierīču izmantošana interneta piekļuvei ārpus mājām vai darba

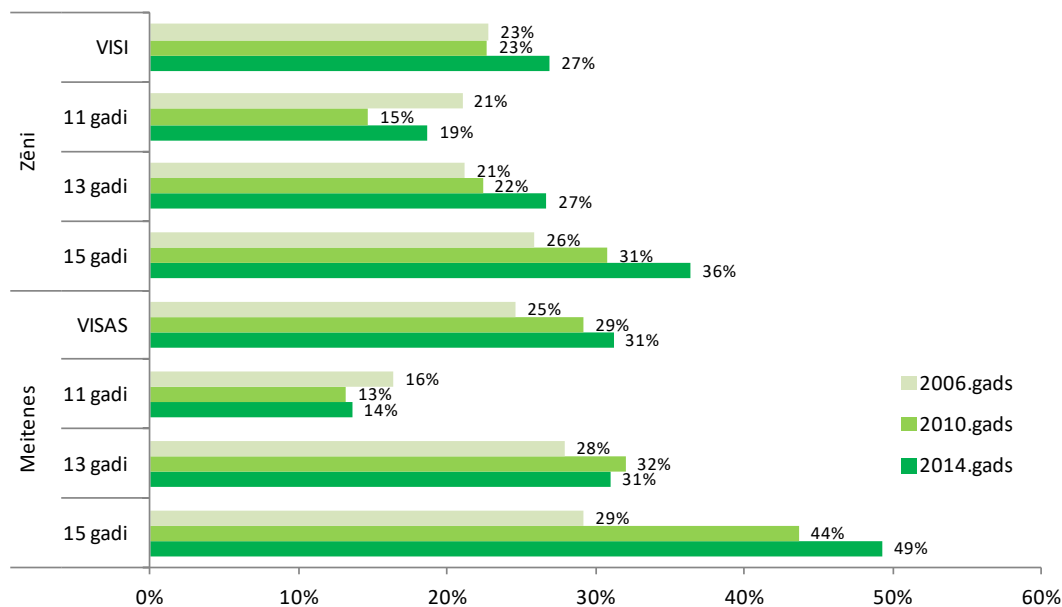


Avots: Centrālās statistikas pārvaldes datubāze, ITMG007 tabula.

Runājot par interneta izmantošanu ilgstoši, dati ir pieejami par situāciju skolēnu auditorijā, un kā robežšķirtne, attiecībā pret kuru veikts mērījums, „Latvijas skolēnu veselības paradumu pētījumā” noteikta trīs stundu robeža. 3.9. un 3.10.attēlā konstatējam, ka interneta izmantošana trīs un vairāk stundas dienā kopš 2006.gada pieaugusi gan darbadienās, gan brīvdienās, tomēr biežāk internets

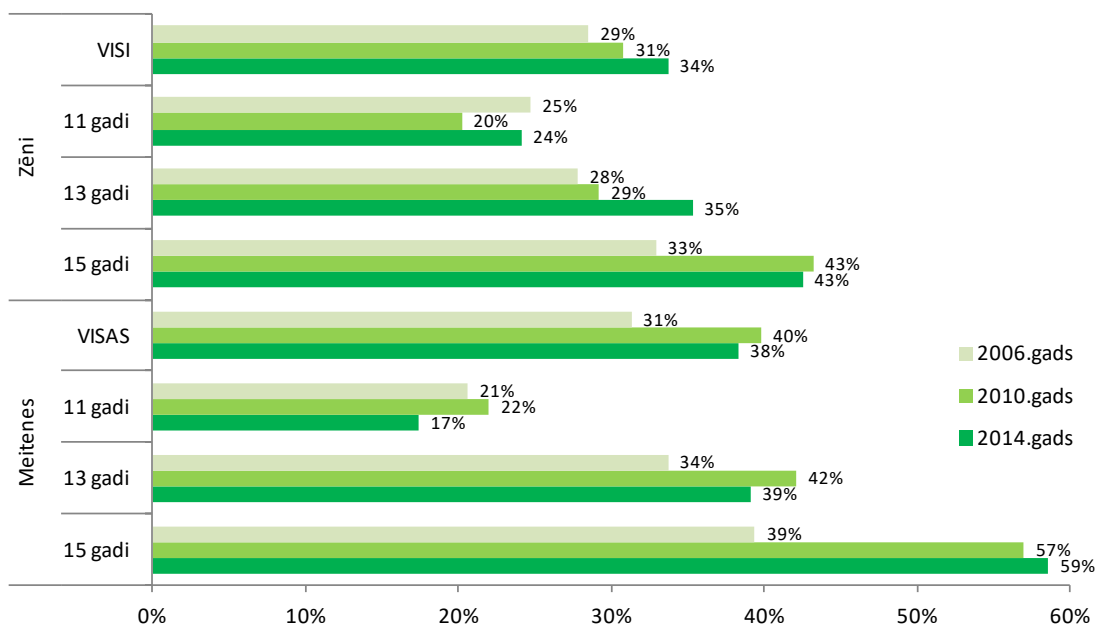
ilgstoši tiek izmantots brīvdienās. Tiesa, ESPAD pētījumā „Atkarību izraisošo vienu lietošanas paradumi un tendences skolēnu vidū” konstatēts, ka interneta izmantošana sestdienās ir retāka – ja pārējās nedēļas dienās to lieto 67-69% 15 gadus veco jauniešu, tad sestdienās – ap 63% (75.lpp).

3.9.attēls. Datora, planšetdatora, viedtālruņa u.tml. lietošana skolēnu vidū mājas darbu pildīšanai, saziņai, "sērfošanai" internetā trīs un vairāk stundas darba dienās



Avots: Latvijas skolēnu veselības paradumu pētījums. 2013./2014. mācību gada aptaujas rezultāti un tendences. SPKC, 2015, 27.lpp.

3.10.attēls. Datora, planšetdatora, viedtālruņa u.tml. lietošana skolēnu vidū mājas darbu pildīšanai, saziņai, "sērfošanai" internetā trīs un vairāk stundas nedēļas nogalēs



Avots: Latvijas skolēnu veselības paradumu pētījums. 2013./2014. mācību gada aptaujas rezultāti un tendences. SPKC, 2015, 27.lpp.

ESPAD pētījumā vaicāts arī par interneta izmantošanu ilgāk nekā trīs stundas dienā, konstatējot, ka „parastā darbdienā vairāk nekā katrs piektais 15 gadus vecais jaunietis (21,1%) internetā pavada sešas stundas un vairāk, bet aptuveni tikpat daudz (19,3%) internetā sērfo vismaz četras vai piecas stundas. To jauniešu īpatsvars, kuri brīvdienās pavada garas stundas, sērfojot internetā, ir vēl lielāks – 21,4% brīvdienās internetā pavada četras līdz piecas stundas, bet 27,8% tam tērē sešas un vairāk stundas” (turpat).

„Latvijas skolēnu veselības paradumu pētījumā” (SPKC, 2015) konstatēts, ka biežāk internetu ilgstoši izmantojušas meitenes - tas saistāms ar sociālo mediju izmantošanu, kas biežāka ir meiteņu vidū (27.lpp). Runājot par izmantošanu kā tādu, nevis ilgstošu izmantošanu, gan dzimumu atšķirības 15 gadus vecu jauniešu vidū nav konstatējamas – kā norādīts ESPAD pētījumā, tad „atšķirības interneta lietošanas regularitātē zēnu un meiteņu vidū nav vērojamas (puiši internetu lietojuši vidēji 5,3 dienas nedēļā, meitenes – 5,4 dienas)” – tomēr attiecībā uz ilgstošu izmantošanu (četras un vairāk stundas) arī ESPAD (2015) pētījumā secināts, ka meitenes to dara biežāk.

Ir konstatējama saistība ar vecumu – vecākie skolēni internetu izmantojuši biežāk – ESPAD (2015:75) pētījumā norādīts: „Salīdzinot interneta lietošanas paradumus dažādās vecuma kohortās, secināms, ka, pieaugot vecumam, pieaug arī to jauniešu īpatsvars, kuri internetu izmanto katru dienu. 13 gadu vecumā internetu ikdienu izmanto nedaudz vairāk par pusi jeb 54,2% skolēnu, bet 17 gadus veco jauniešu vidū to katru dienu lieto jau 70,5% skolēnu”. Un arī ilgstošas izmantošanas gadījumā sakarība ir tāda pati: „Pieaugot jauniešu vecumam, pieaug arī to skolēnu īpatsvars, kuri ikdienā internetā pavada vismaz četras stundas”. Tas pats konstatējams arī no „Latvijas skolēnu veselības paradumu pētījuma” datiem (sk. 3.9. un 3.10 attēlu).

Runājot par interneta izmantošanas mērķiem, ESPAD (2015:76) pētījumā konstatēts, ka 15 gadu vecu jauniešu vidū tie pēdējo 7 dienu laikā bijuši šādi:

- komunikācijai sociālajos tīklos – 93,7% (meitenes biežāk, puiši retāk);
- mūzikas un filmu lejupielādei – 92,1% (meitenes biežāk, puiši retāk);
- informācijas meklēšanai – 74,0% (meitenes biežāk, puiši retāk);
- tiešsaistes spēļu spēlēšanai – 44,5% (puiši biežāk, meitenes retāk);
- jaunu preču atrašana un iegāde – 42,5%;
- azartspēļu spēlēšana par naudu – 13,5% (puiši biežāk, meitenes retāk).

Ar vecumu pētījuma autori tik būtiskas sakarības kā ar dzimumu nav konstatējuši, tomēr norāda, ka „pieaugot vecumam, pieaug to jauniešu īpatsvars, kuri pavada ilgstošas stundas internetā, komunicējot sociālajos tīklos, meklējot informāciju, kā arī lejupielādējot video/audio ierakstus”.

Tāpat ESPAD pētījuma (2015: 77) autori secinājuši, ka „komunikācija sociālajos tīklos internetā teju pusei 15 gadus veco jauniešu ik dienu aizņem praktiski tikpat daudz laika kā mācības skolā”, kā arī to, ka „vērtējot savu laika patēriņu, kopumā 23,4% jauniešu pilnībā piekrīt tam, ka viņi sociālajos tīklos pavada pārāk daudz laika, bet katrs ceturtais jaunietis minētajam apgalvojumam drīzāk piekrīt”, turklāt ir vērojamas sakarības ar sociālajos tīklos faktiski (precīzāk, deklarēto) pavadīto laiku, taču ne ar dzimumu (lai arī meitenes norāda, ka sociālajos tīklos pavadījušas vairāk laika).

Uz zināmām indikācijām, ko ESPAD pētījuma (turpat) autori saista ar datoratkarības veidošanās risku, norāda tas, ka „katrs ceturtais jaunietis (24,0%) ir izjutis garastāvokļa pasliktināšanos situācijā, ja tiek

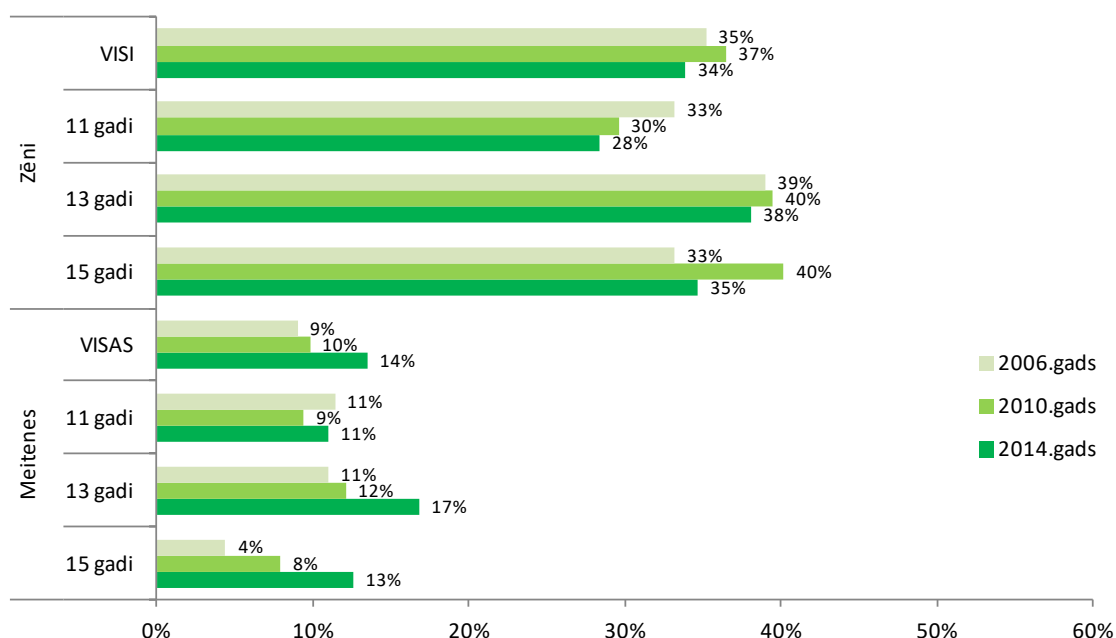
ierobežots sociālajos tīklos pavadītais laiks”, tomēr viņi arī saka, ka „šādas garastāvokļa izmaiņas ir izjutuši salīdzinoši tikai 27,6% to jauniešu, kuri sociālos tīklos ikdienu pavada sešas un vairāk stundu”.

3.3. VIDEO SPĒĻU SPĒLĒŠANA

Par videospēļu spēlēšanas izplatību un tās dinamiku iepriekšminētajos pētījumos un pieejamās statistiskās informācijas ir vismazāk. Pieejamā attiecas uz skolēnu auditoriju.

Kā varam vērot 3.11. un 3.12.attēlā, videospēļu spēlēšana vairāk par trim stundām ir vairāk brīvdienu nodarbe – to, ka ar to nodarbojas brīvdienās, atzīst aptuveni uz pusi vairāk skolēnu, nekā to, kas apgalvo, ka spēlē spēles trīs un vairāk stundas darbadienās.

3.11.attēls. Spēļu spēlēšana elektroniskajās ierīcēs skolēnu vidū trīs un vairāk stundas darba dienās

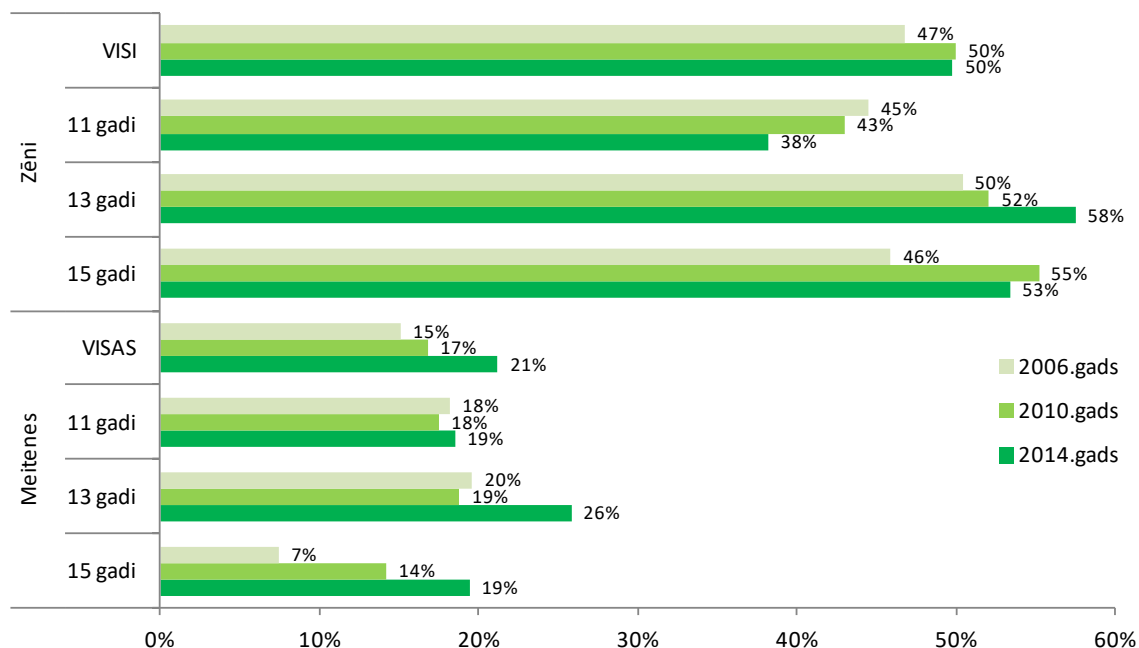


Avots: Latvijas skolēnu veselības paradumu pētījums. 2013./2014. mācību gada aptaujas rezultāti un tendences. SPKC, 2015, 30.lpp

Videospēļu ilgstošā spēlēšanā nav tik izteiktas pieauguma dinamikas, kāda vērojama interneta izmantošanā. Visizteiktākais īpatsvara pieaugums konstatējams 15 gadus vecu meiteņu vidū. Tomēr kopumā videospēļu spēlēšana daudz izteiktāk ir zēnu nodarbe – vidēji trīsreiz vairāk zēnu atzīst, ka spēlē videospēles vairāk par trim stundām. Brīvdienās šī dzimumu disproporcija spēlētāju vidū mazinās, bet darbadienās pieaug.

ESPAD pētījumā (2015:75) arī pievērsta uzmanību videospēļu spēlēšanai, taču tikai tiešsaistes segmentam (respektīvi, kā interneta izmantošanas paveidam). Kopumā videospēles tiešsaistē pēdējās nedēļas laikā, kā jau norādīts iepriekšējā apakšnodaļā, spēlējuši (pēc pašu deklarētā) 44,5% jauniešu, kuriem ir 15 gadu, bet tādu, kuri spēlējuši četras un vairāk dienas, bijis 26,7% (taču 42,5% puīšu vidū, bet 10,1% meiteņu vidū).

3.12.attēls. Spēļu spēlēšana elektroniskajās ierīcēs skolēnu vidū trīs un vairāk stundas nedēļas nogalēs



Avots: Latvijas skolēnu veselības paradumu pētījums. 2013./2014. mācību gada aptaujas rezultāti un tendences. SPKC, 2015, 30.lpp

Runājot par situāciju vecumu griezumā, pētījuma autori norāda, ka “analizējot vecuma grupu griezumā, vērojams, ka tiešsaistes datorspēles vismaz četras dienas nedēļā biežāk spēlē jaunieši līdz 15 gadu vecumam, taču, sasniedzot 16 gadu vecumu, regulāro spēlētāju īpatsvars samazinās un vēlākos gados ir ne lielāks par 20,0%” (turpat). Tiesa, šis secinājums neļauj saprast, vai tiešām iespējams runāt par tiešsaistes spēļu spēlētāju īpatsvaru būtisku samazinājumu, pieaugot vecumam, vai arī runa tomēr ir par citu paaudzi, kas tās arī agrāk ir spēlējusi retāk. Visdrīzāk ir runa par abu parādību kombināciju, bet, lai to analizētu sīkāk, būtu nepieciešami dati dinamikā par pieaugušo personu auditoriju.

Tāpat ESPAD pētījumā vaicāts pašvērtējums par to, vai spēlējot pavadītais laiks nav pārāk liels, kā arī vai šī laika ierobežošana neizraisa garastāvokļa pasliktināšanos. Tam, ka, spēlējot tiešsaistes spēles, tiek pavadīts pārāk daudz laika, „pilnībā piekrīt 17,2% 15 gadus veco skolēnu, bet 20,3% tam drīzāk piekrīt”, taču puisiem ir tendence šim apgalvojumam piekrist biežāk. Uz garastāvokļa pasliktināšanos, ierobežojot spēlēšanu, norāda 22,7% jauniešu (27,7% puisi un 17,6% meiteņu), taču ilgstošo spēlētāju -tādu, kas spēlē sešas un vairāk stundas – vidū šis rādītājs atšķiras nedaudz – tā atbildējuši 29,7% ilgstošo spēlētāju (turpat, 77.–78.lpp).

4. PROCESA ATKARĪBU PARADUMU IZPLATĪBA

Sadaļā aprakstīti pētījumā gūtie dati par visu ar procesu atkarību saistīto parādību – azartspēļu un loteriju, interneta un videospēļu lietošanu un izplatību Latvijā. Šajā sadaļā netiek runāts par atkarībām vai problemātisku lietošanu, tikai ieskicēta paradumu tendence kopumā, spēlēšanas uzsākšana un motivācija lietotāju grupā, sniedzot datus par mērķgrupām preventīvā darba plānošanai. Ja azartspēles, loterijas un videospēles jebkad spēlējuši aptuveni puse respondentu, tad internetu lieto ap 90% respondentu. Daļēji analizētie procesi pārklājas, jo visus spēļu veidus iespējams spēlēt arī virtuālajā tīklā, tāpēc šī nodaļa nosacīti atspoguļo procesu dažādus aspektus.

4.1. AZARTSPĒLES UN LOTERIJAS

4.1.1. Azartspēļu un loteriju spēlēšanas paradumi

Ņemot vērā, ka šī ir pirmā apjomīgā aptauja par azartspēļu paradumiem Latvijā, kvantitatīvie dati tiek skatīti divās perspektīvās:

- kopumā, datus iekļaujot visus respondentus, kas jebkad mūža laikā ir izmēģinājuši kādu no šo spēļu veidiem;
- apzinot situāciju pēdējā gada periodā, aptverot tikai tos respondentus, kuri spēlējuši minētās spēles pēdējo 12 mēnešu laikā, tai skaitā biežos un regulāros spēlētājus (spēlējuši vismaz reizi nedēļā pēdējo 12 mēnešu laikā).

Kopumā aptuveni puse (50,3%) respondentu norāda, ka kaut reizi spēlējuši kaut vienu no šādiem spēļu veidiem:

- Spēļu automāti (ierīces, kurās iemetot žetonu vai naudu veiksmes gadījumā var saņemt laimestu) spēļu zālēs;
- Spēļu automāti internetā;
- Kazino spēles (rulete, kāršu/kauliņu spēles) – tai skaitā ārpus kazino;
- Kazino spēles internetā (rulete, kāršu/kauliņu spēles internetā);
- Derības vai totalizators īpašās vietās, kur tiek pieņemtas likmes;
- Derības vai totalizators internetā;
- Bingo speciālās spēļu zālēs;
- Skaitļu loterijas (Super Bingo, 5 no 35, Eurojackpot, Viking Lotto, Keno u.c.);
- Momentloterijas (nokasāmās kartītes – Moments, MomentLoto, Kurš Kuru, Smajds, Lasis u.c.).

Pēdējā gada laikā spēlējušo īpatsvars ir 26,2%, liecinot, ka aptuveni puse no tiem cilvēkiem, kas saka, ka kaut reizi spēlējuši, drīzāk spēlēšanu pamēģinājuši vienreiz. Sašaurinot šo personu loku līdz tiem, kurus varētu definēt kā **regulārus spēlētājus**, iegūstam šādus datus:

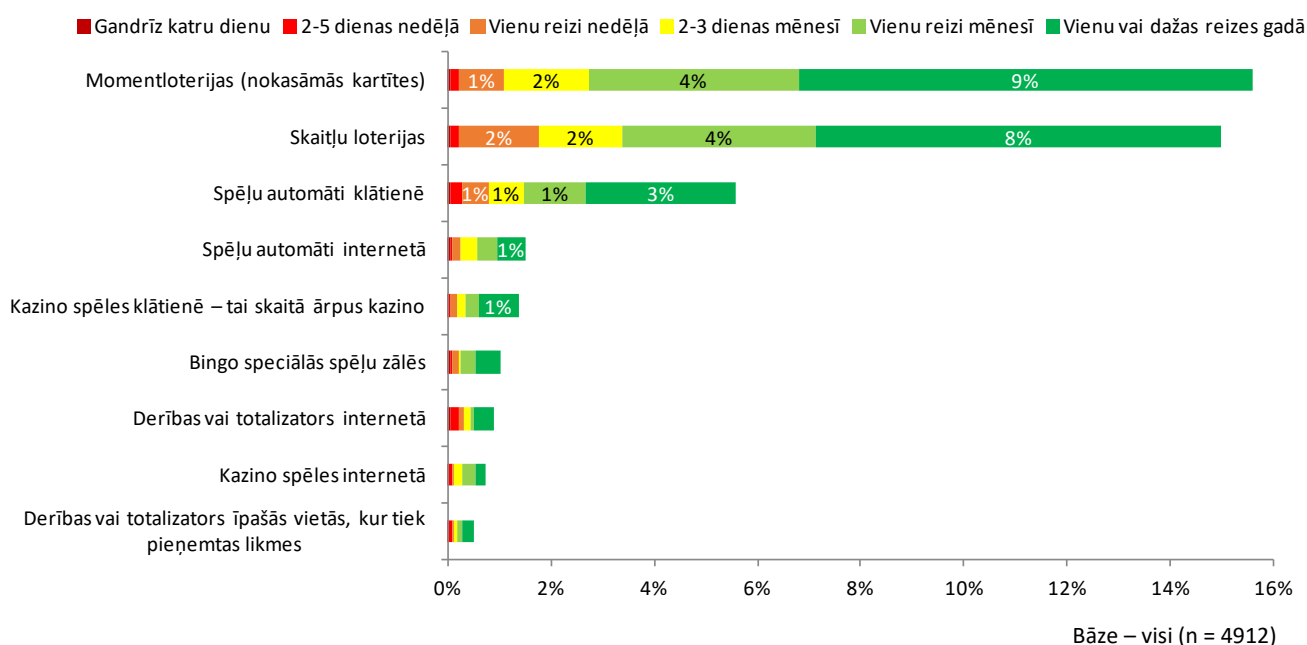
- 12,5% norāda, ka pēdējā gada laikā spēlējuši vismaz vienu no šiem azartspēļu veidiem vismaz reizi mēnesī;

- tai skaitā 6,4% – vairākas reizes mēnesī;
- tai skaitā 3,1% – reizi nedēļā.

Citviet Eiropā veiktie pētījumi kā regulāru spēlētāju raksturo tādu, kurš spēlē vismaz reizi nedēļā (Druine 2009; Valleur 2009). Ņemot vērā nelielo šādu spēlētāju īpatsvaru izlasē, esam palielinājuši šo grupu uz spēlētājiem vismaz reizi mēnesī pēdējā gada laikā.

4.1.attēlā redzams spēlēšanas biežums dalījumā pa azartspēļu veidiem – ievērojami lielāks cilvēku īpatsvars ir aizrāvis ar momentloterijām un skaitļu loterijām – vismaz reizi mēnesī katrā no šiem azartspēļu paveidiem piedalās ap 7% respondentu, tai skaitā biežāk – ap 3%. Spēļu automātus klātienē vismaz reizi mēnesī spēlē ap 3%, tai skaitā biežāk – nedaudz virs 1%. Pārējie spēļu veidi ir izplatīti ievērojami retāk.

4.1.attēls. Azartspēļu spēlēšanas biežums



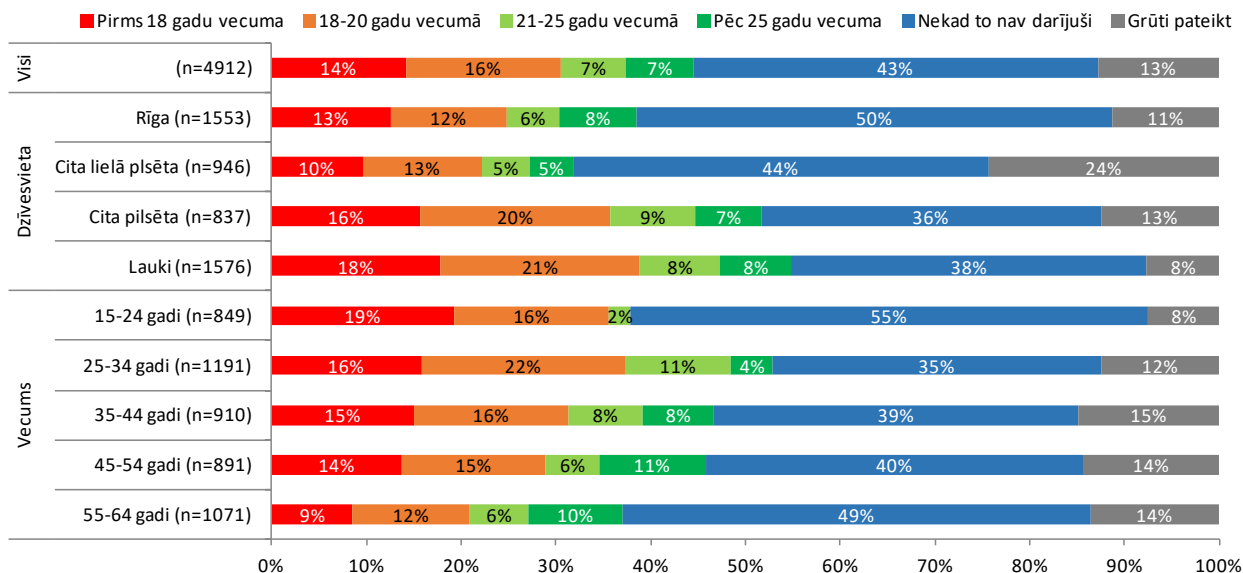
Kopumā Rīgā un lielajās pilsētās jebkad spēlējušo respondentu īpatsvars ir viszemākais – 42%, lielajās pilsētās – 47%. Gan mazpilsētās, gan laukos azartspēles un loterijas par naudu, kā paši norāda, jebkad ir spēlējuši 57% respondentu. Pēdējā gada laikā 21% Rīgas un 19% lielo pilsētu iedzīvotāji ir spēlējuši kādu no azartspēlēm vai loterijām. Populārākas bijušas momentloterijas (12% un 10%); tām seko spēļu automāti (6% un 4%).

No mazpilsētu un lauku iedzīvotājiem 32% respondentu pēdējā gada laikā spēlējuši kādu no spēlēm un loterijām. Te vērojamas līdzīgas tendences kā lielajās pilsētās, taču teju divkārt augstāks respondentu īpatsvars ir piedalījies kādā no loterijām (20-22%), bet spēļu automātu spēlētāju īpatsvars nedaudz augstāks nekā lielajās pilsētās un Rīgā ir tikai mazpilsētās (8%), savukārt laukos – pat nedaudz zemāks nekā Rīgā (5%), kam cēlonis visdrīzāk ir zemāka šādu automātu fiziska pieejamība.

Saskaņā ar aptaujas datiem azartspēļu un loteriju spēlēšana par naudu sāka gana agrīnā vecumā (skatīt 4.2.attēlu) – pirms 18 gadu vecuma spēlējuši 14% respondentu, bet 18-20 gadu vecumā – 16%. Laukos un mazpilsētās šādu respondentu īpatsvars ir augstāks – laukos attiecīgi 18% un 21%, bet mazpilsētās – 16% un 20%, savukārt Rīgā attiecīgi 13% un 12%, bet lielajās pilsētās – 10% un 13%.

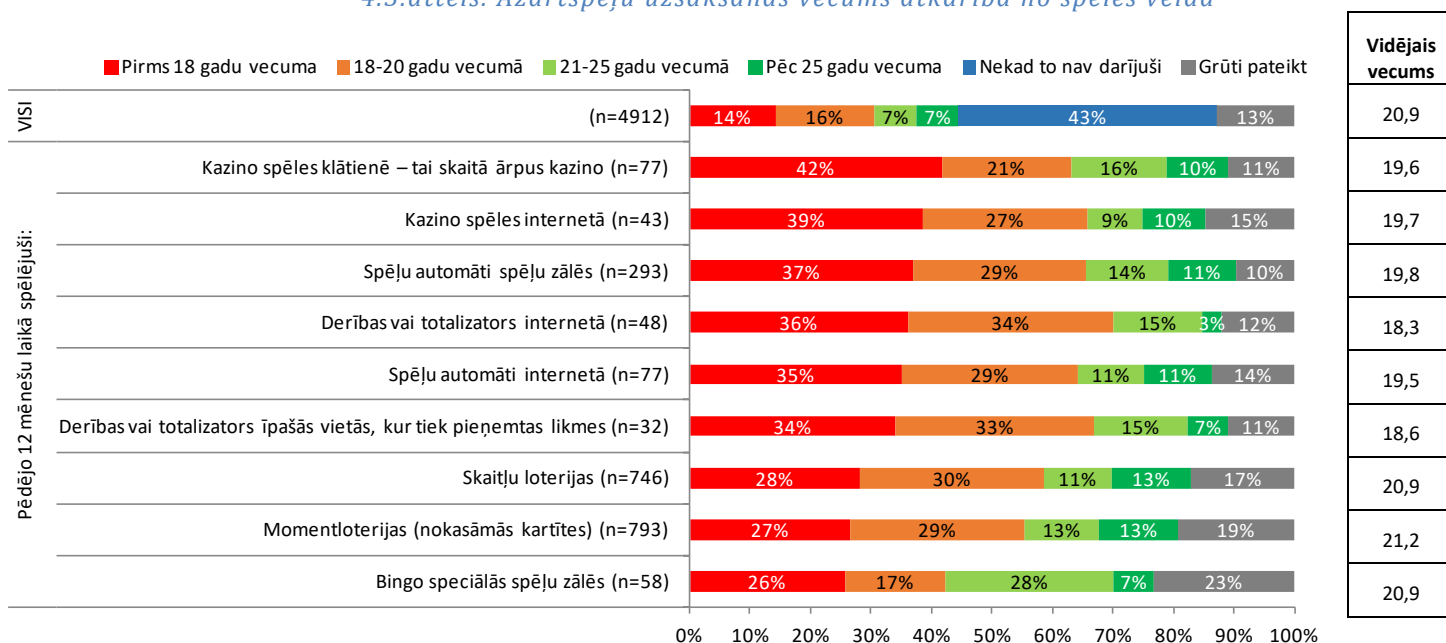
Azartspēles un loterijas Latvija spēlē galvenokārt 25-34 gadus veci cilvēki. Ar katru nākamo vecuma grupu azartspēļu un loteriju par naudu spēlējušo respondentu īpatsvars samazinās. Ja 55-64 gadu vecu respondentu vidū tādu, kas pēdējā gada laikā spēlējuši vismaz reizi mēnesī, ir 7%, tad 45-54 gadu vecuma grupā – 10%, 35-44 grupā – 12%, bet 25-34 gadu grupā – jau 18%. Mazāk spēlētāju ir jaunākajā – 15-24 gadus veco respondentu grupā – 12%.

4.2.attēls. Azartspēļu uzsākšanas vecums dzīvesvietu un respondentu vecuma griezumā



Tomēr vērojama tendence ar katru vecuma grupu spēlēšanu uzsākt arvien agrākā vecumā (skatīt 4.2.attēlu). Tā 19% 15-24 gadu vecu respondentu norāda, ka spēlēt sākuši pirms 18 gadu vecuma sasniegšanas, kamēr 25-34 gadu vecu respondentu vidū to par sevi saka 16%, 35-44 gadu vecumgrupā – 15%, 45-54 gadu vecumgrupā – 14%, bet 55-64 gadu vecu respondentu vidū – tikai 9%.

4.3.attēls. Azartspēļu uzsākšanas vecums atkarībā no spēles veida



Vidēji azartspēles un loterijas par naudu Latvijas iedzīvotāji uzsāk spēlēt 20,9 gadu vecumā (skatīt 4.3.attēlu) – jāņem vērā, ka šis vidējais vecums rēķināts to personu grupā, kas ir kaut reizi spēlējuši

(ņemot vērā, ka 43% apgalvo, ka to nav darījuši, bet 13% nespēj sniegt skaidru atbildi), bet atsevišķu spēļu veidiem tas ir zemāks par šo vidējo skaitli. Visagrākajā vecumā vidēji tiek spēlēts totalizators vai derības gan klātienē, gan internetā (attiecīgi 18,6 un 18,3 gadi). Lai arī procentuāli iedzīvotāju vidū spēlētāju īpatsvars nav augsts, kvalitatīvie dati liecina, ka interese par šo spēļu veidu ir strauji augoša. Savukārt spēļu automātus un kazino spēles klātienē un internetā respondenti uzsākuši vidēji 19,5-19,8 gadu vecumā. Salīdzinoši vēlāk uzsākti visizplatītākie spēļu veidi ir bingo spēles un loterijas, kur vidējais uzsākšanas vecums ir 20,9-20,1 gadi.

Raugoties uz to respondentu īpatsvaru, kas spēlēt uzsākuši pirms 18 gadu vecuma, visaugstākais šādu personu īpatsvars ir to vidū, kas pēdējo 12 mēnešu laikā spēlējuši kazino spēles (42% no tiem, kas klātienē, un 39% no tiem, kas internetā), spēļu automātus (37% no tiem, kas klātienē, un 35% no tiem, kas internetā) un totalizatoru (34% no tiem, kas klātienē, un 36% no tiem, kas internetā). No bingo un loteriju spēlētājiem, kas to darījuši pēdējo 12 mēnešu laikā, pirms 18 gadu vecuma spēlējuši 26-28% respondentu.

Jāņem vērā, ka azartspēļu un loteriju spēlēšana pirms 18 gadu vecuma Latvijā nav atļauta, taču dati atspoguļo būtisku, iespējams, agrāk vērojamu tendenci, uz kuru norāda arī kvalitatīvās izpētes dati – vecuma ierobežojuma vāju kontroli vai ierobežojumu trūkumu. Šeit uzreiz jānorāda, ka saskaņā ar kvalitatīvajiem datiem, īstenotās reformas ir uzlabojušas situāciju azartspēļu pieejamības ierobežojumu ziņā, salīdzinot ar iepriekšējām desmitgadēm, taču respondenti joprojām norāda, ka problēmas pastāv:

Vai 18 gadīgie var tikt iekšā? Protams. Jūs par šo jautājumu varat pazvanīt žurnālistei IŠ, viņa ir veikusi pētījumu nesen, pavasarī. Viņi gāja iekšā, 17 gadīgs puika, spēļu zālēs, un tur bija tā, ka puse uz pusi - puse pajautā, puse nē. Principā, ja cilvēks grib, viņš elementāri principā tiek spēļu zālēs. (Anonīmi NVO pārstāvji)

Biežāk gan nepilngadīgo personu piekļuve spēlēm ir saistīta ar pagātnes notikumiem, tomēr tā rada fonu spēlētāju informētībai, gaidām un spēles kultūrai arī šodien:

Es atceros, ka agrāk spēles bija visur. Esmu no laukiem, pie bērnudārza bija veikals ar spēļu automātiem un bērni stāvēja rindā, lai lādētu iekšā kapeiciņas. Un tas izveidojas kā pazīstama lieta, tas piesaista. (Fokusgrupu diskusija, vīrietis, 34 gadi)

Mēs sākām vidusskolā spēlēt, tai pašā Vecrīgā, neviens dokumentus neprasīja. Iemetām 5 lati, tad jau neko nevarēja – iemeta aparātā, ja izceļ ko, var iet uz Vecrīgu. Ja neizceļ – [iet] mājās. (Fokusgrupu diskusija, vīrietis, 38 gadi)

Vienlaikus tendence, ka visas spēles un loterijas, izņemot spēles bingo zālēs, vairākums respondentu, kas tās spēlē, sāk spēlēt līdz 20 gadu vecumam, norāda uz specifisku risku klātbūtni un šīs jaunākās spēlētāju grupas augstāku sociālo, ekonomisko un psiholoģisko ievainojamību. To apstiprina arī azartspēļu fokusa grupu diskusijā sacītais – dalībnieki norādīja uz saviem vērojumiem par jauniešu agrīnu nokļūšanu spēļu zālēs, iesakot paaugstināt vecuma sliekšni liegumam azartspēļu piekļuvei līdz 21 gada vecumam:

Ja es salīdzinu domāšanu, kāda man bija 18 gados un tagad, tur ir liela atšķirība. 21 gados bijis individuālā dzīvē, sāks savas finanses kārtot, varbūt neies tādos minusos nekā, kad mamma iedod naudu 18 gadu ballītei, bet viņš ieiet "Olimpija" un visu nakti tērē. (Fokusgrupu diskusija, Vīrietis, 21 gads)

Šo komentāru sniedza vīrietis ar darba pieredzi vienā no Latvijas azartspēļu uzņēmumiem, norādot, ka saskaņā ar viņa pieredzi jaunieši cenšas iespējami ātri piekļūt azartspēlēm. Tāpat viņa personīgā pieredze ar azartspēlēm liecina, ka šāds ierobežojums būtu nepieciešams. Šo priekšlikumu viennozīmīgi atbalstīja arī citi diskusijas dalībnieki, pamatojot to gan ar personības briedumu, gan finansiālas neatkarības situāciju, ko 18 gados lielākā daļa jaunieši vēl nav sasnieguši.

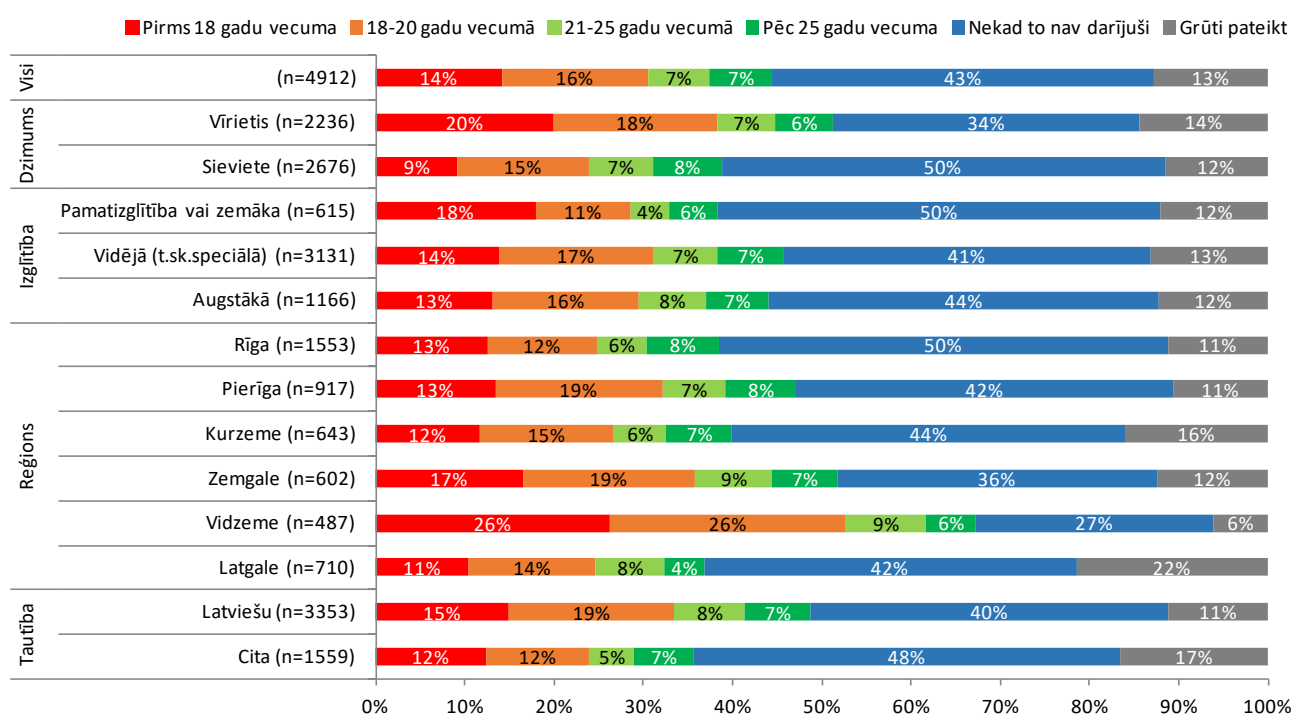
Lai arī Azartspēļu un izložu likums nosaka, ka azartspēļu organizētājam ir pienākums pārliecināties par kazino, spēļu zāles vai bingo zāles apmeklētāju vecumu un šaubu gadījumā pieprasīt, lai viņi uzrāda personu apliecinošu dokumentu, praksē dokumenta uzrādīšana ir drīzāk atkarīga no apsardzes darbinieka subjektīvās uztveres, tāpēc nereti nepilngadīgas personas var iekļūt spēļu zālēs:

Tu sāc spēlēt - šitās zāles ir no 18 gadiem. Bet čalis, kurš ir garš un ar biš ūsām, viņš tāpat iet iekšā un spēlē. No valsts puses, man liekas, nekas netiek ierobežots, jo visi mikrorajoni ir pilni, visas pilsētas ir pilnas, viss notiek. Nekas netiek ierobežots, nekas. (Vīrietis, 33 gadi)

Lai novērstu šādu situāciju veidošanos, rekomendējams arī attiecībā uz spēļu zālēm ieviest līdzīgu sistēmu kā kazino, kur dokumentu uzrādīšana ir obligāta katrā apmeklējuma reizē. Tāpat jānorāda, ka likumā nav minēts, ka šāda veida ierobežojums attiecināms arī uz totalizatoriem un derību slēgšanas vietām, kas nozīmē, ka nepilngadīgām personām teorētiski ir iespējams atrasties vietās, kurās tiek organizētas azartspēles. Šo situāciju vēl jo vairāk sarežģī apstākļi, ka atšķirībā no pārējiem azartspēļu veidiem derības un totalizatoru ir atļauts organizēt arī bāros un kafējnīcās.

Tāpat viena fokusgrupu diskusijas dalībniece un viena intervētā persona norādīja uz joprojām publiskās vietās pieejamiem rotaļlietu automātiem, kur, iemetot monētas, iespējams laimēt kādu no mantām. Abas pētījuma dalībnieces norāda, ka spēles mehānisms ir identisks azartspēlēm automātos, bet šī rotaļlietu automāta mērķauditorija ir tieši bērni.

4.4.attēls. Azartspēļu uzsākšanas vecums dzimumu, izglītības, reģionu un tautību griezumā



Būtiskas atšķirības spēlēšanas paradumu vērtējumā vērojamas arī vīriešu un sieviešu starpā. Tikai 43% sieviešu salīdzinājumā ar 58% vīriešu norāda, ka jebkad par naudu spēlējušas kādu no augstāk minētajiem azartspēļu veidiem. Vīrieši spēlēšanu uzsāk agrāk kā sievietes (skatīt 4.4.attēlu) – pirms 18 gadu vecuma spēlēšanu uzsākuši 20% vīriešu un 9% sieviešu, bet 20 gadu vecumā atšķirība īpatsvarā ir pieaugusi – šajā vecumā azartspēles par naudu, kā paši norāda, spēlējuši jau 38% vīriešu, kamēr sievietes – tikai 24%.

Izglītības līmenim nav viennozīmīgas ietekmes uz spēlēšanas paradumiem. Visvairāk tādu, kas jebkad ir spēlējuši azartspēles par naudu, ir starp cilvēkiem ar vidējo izglītību – 52%, mazāk starp tiem, kam augstākā izglītība – 49%, bet vismazāk starp personām ar pamatzglītību vai zemāku – 45% (te gan jāņem vērā, ka šo ietekmi absorbē gados jauni respondenti, kuri augstākus izglītības līmeņus iegūt vēl nav paspējuši – ja atlasām tos respondentus ar pamatzglītību vai zemāku, kuriem ir vismaz 20 gadu, tad spēlējušo ir vairāk nekā abās pārējās izglītības grupās – 59%). Tāpat personas, kurām ir pamatzglītība vai zemāka, spēlēšanu biežāk uzsāk pirms 18 gadu vecuma sasniegšanas (skatīt 4.4.attēlu).

Spēlēšanas paradumu mazāk ietekmē ienākumu līmenis (tiesa, personas visaugstākajā ienākumu grupā spēlēšanu ir uzsākušas agrāk nekā citi – acīmredzot, ietekme ir arī tam, kādi ir līdzekļi, kurus spēlēšanā var ieguldīt, bet šajā kontekstā augstākā riska grupa ir personas ar vislielākajiem rīcībā esošajiem līdzekļiem).

Raugoties pēc nodarbinātības profila, visvairāk jebkad spēlējušo ir zemnieku, laukstrādnieku un mežstrādnieku vidū – 70%, bet augstāks par vidējo rādītāju īpatsvars ir arī kvalificētu strādnieku (56%), vienkāršu strādnieku (53%), ierēdņu (54%) un kvalificētu speciālistu (54%) vidū.

Ir konstatējamas arī etniskas atšķirības – latvieši spēlēšanu uzsāk agrāk (skatīt 4.4.attēlu). Tāpat konstatējams, ka starp viņiem daudz biežāk ir tādu, kas pamēģinājuši spēlēt azartspēles par naudu (55% latviešiem pret 42% cittautiešiem), īpaši spilgtas ir atšķirības skaitļu loteriju gadījumā, kas acīmredzot skaidrojams ar dažādām informatīvajām telpām (loteriju rezultātu translēšana Latvijas televīzijas kanālos), tomēr biežāko spēlētāju grupā etniskās atšķirības pakāpeniski sāk izlīdzināties:

- to, ka spēlējuši pēdējā gada laikā, norāda 30% latviešu un 18% cittautiešu;
- to, ka pēdējā gada laikā spēlējuši vismaz reizi mēnesī, norāda 14% latviešu un 9% cittautiešu;
- to, ka pēdējā gada laikā spēlējuši vairākas reizes mēnesī, norāda 7% latviešu un 5% cittautiešu;
- to, ka pēdējā gada laikā spēlējuši vismaz reizi nedēļā, norāda 3,2% latviešu un 2,8% cittautiešu.

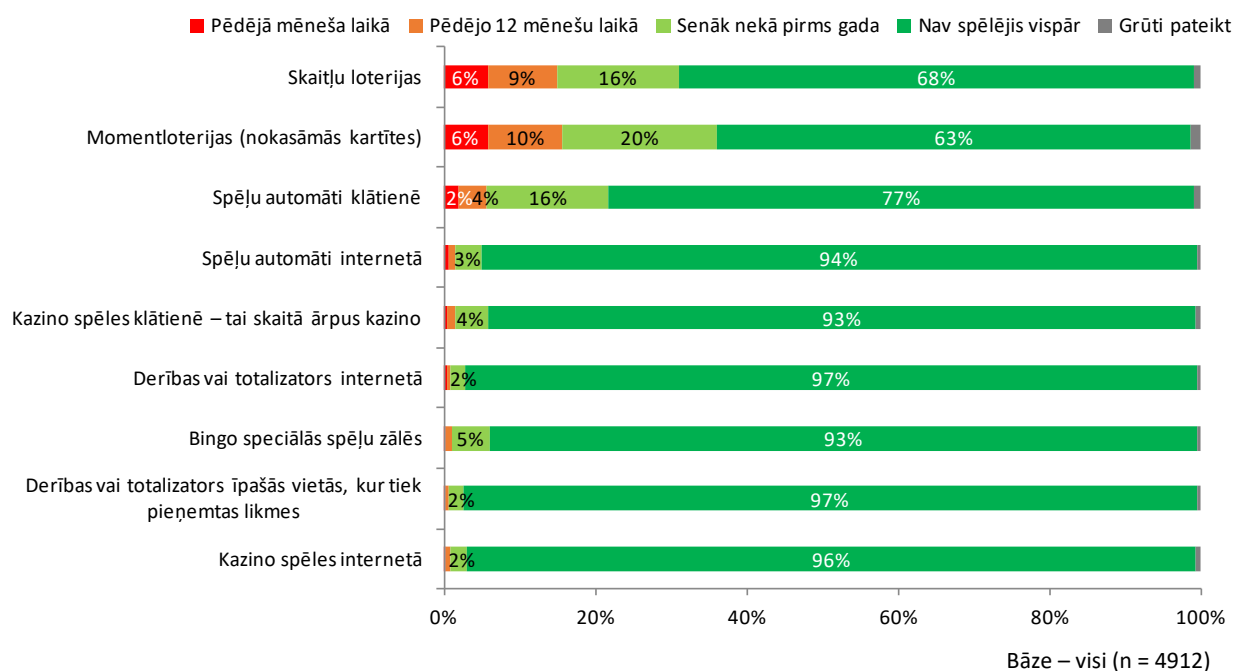
Reģionāli augstākais azartspēles un loterijas jebkad spēlējušo īpatsvars ir Vidzemē (70%), tāpat tur izteikti augstāks ir to respondentu īpatsvars, kas spēlēšanu uzsākuši agrāk (skatīt 4.4.attēlu). Šīs atšķirības skaidrojamas ar augstāku lauku un mazpilsētu iedzīvotāju īpatsvaru Vidzemē un reducējamās uz augstāku momentloteriju un skaitļu loteriju popularitāti šajā reģionā. Augstāks jebkad spēlējušo procents (56%) konstatējams arī Zemgalē, un arī šeit vērojams, ka biežāk nekā citur Latvijā spēlēšanu cilvēki uzsākuši pirms 18 gadu vecuma sasniegšanas (skatīt 4.4.attēlu), tomēr Zemgales gadījumā tas drīzāk raksturo vēsturisko situāciju un to, ka cilvēki azartspēles ir tikai pamēģinājuši – nav konstatējams, ka šim reģionam būtu raksturīgi salīdzinoši biežāka spēlēšana kaut vienā no apskatītajiem azartspēļu veidiem. Vismazāk respondentu, kas norāda, ka azartspēles jebkad pamēģinājuši, ir Rīgā (42%), bet tādu, kas saka, ka spēlējuši pēdējā gada laikā – Latgalē (14%).

Augstāks spēlētāju īpatsvars ir to respondentu vidū, kuriem uzaugot, ģimenē par azartspēļu problēmām netika runāts. Tāpat augstāks spēlētāju īpatsvars nekā vidēji ir ģimenēs, kur tuviniekiem pēdējā gada laikā vai dzīves laikā bijušas ar azartspēļu spēlēšanu saistītas problēmas, ar alkohola lietošanu saistītas problēmas vai ar narkotiku lietošanu saistītas problēmas. Sīkāk šie jautājumi skatīti 4.4. apakšnodaļā par līdzatkarību.

4.1.2. Azartspēļu un loteriju spēlēšanas biežums par naudu pēc spēles veida

Vispopulārākās Latvijā bijušas momentloterijas (nokasāmās kartītes – Moments, MomentLoto, Kurš Kuru, Smāids, Lasis u.c.) – tās jebkad spēlējuši 36% respondentu, kā arī skaitļu loterijas (Super Bingo, 5 no 35, Eurojackpot, Viking Lotto, Keno u.c.), kuras jebkad spēlējis 31% respondentu. Trešais populārākais spēlēšanas veids ir spēļu automāti (ierīces, kurās iemetot žetonu vai naudu veiksme gadījumā var saņemt laimestu) spēļu zālēs – tos spēlējuši ir 22% respondentu. Vēl 6% respondentu ir par naudu spēlējuši kazino spēlēs klātienē (tai skaitā ārpus kazino) un aptuveni tikpat bingo specialajās bingo zālēs. Līdzīgas tendences vērojamas (skatīt 4.5.attēlu), analizējot spēlēšanas paradumus īsākā laika posmā. Pēdējā gada laikā momentloterijas spēlējuši 16% respondentu, 15% – skaitļu loterijas, bet spēļu automātus – 6% respondentu. Tie paši spēļu veidi dominē arī tad, ja analizē spēlēšanas biežumus (skatīt 4.1.attēlu).

4.5.attēls. Spēlētāju dalījums pēc pēdējās reizes, kad spēlētas azartspēles, spēļu veidu griezumā



Sīkāk analizēti trīs populārākie spēļu veidi – momentloterijas, skaitļu loterijas un spēļu automāti spēļu zālēs, kur spēlējušo respondentu skaits ir pietiekams dziļākai analīzei (spēļu automātus klātienē pēdējo 12 mēnešu laikā spēlējuši 293 respondenti, skaitļu loterijās piedalījušies – 746, bet momentloterijās – 793, kamēr nākamais biežākais spēles veids pārstāvēts vien ar 77 respondentiem).

4.1.2.1. Momentloterijas

Piedalīšanās momentloterijās, ir populārāks azartspēļu veids laukos (kur to spēlēja 42% respondentu) un mazpilsētās (41%). Rīgā tās spēlēja 28% respondentu. Vispopulārākās momentloterijas ir Vidzemē, kur tās spēlēja pat 62% respondentu. Latgalē spēlēja 40%, Zemgalē 40%, bet Kurzemē – 32% respondentu. Momentloterijas ir tās, kur spēlēja vīriešu īpatsvars tikai nedaudz pārsniedz sievietes īpatsvaru – tās spēlēja 34% no aptaujātajām sievietēm, bet 38% no vīriešiem, tomēr starp tiem respondentiem, kas spēlēja pēdējā gada laikā, sievietes proporcija ir nedaudz augstāka (attiecīgi 16% pret 15%). Tiesa, starp regulāriem spēlētājiem (tiem, kas spēlēja 12 mēnešu laikā spēlēja vismaz reizi mēnesī) vīrieši atkal ir vairākumā (attiecīgi 6% un 8%).

Momentloterijas regulārāk un biežāk spēlē vidējā paaudze – ja 15-24 gadu vecuma grupā momentloterijas spēlēja 32% respondentu, 55-64 gadu grupā – 31%, tad 45-54 gadu vecuma grupā tādu ir 36%, 35-44 gadu grupā – 38%, bet 25-34 gadu grupā – pat 43%. Līdzīgas proporcijas vērojamas arī, raugoties uz momentloteriju spēlēšanu ik mēnesi pēdējā gada laikā – 5% jaunākajā grupā 6% – vecākajā, bet vidējās paaudzēs šādu spēlētāju ir vairāk – visvairāk 25-34 gadu vecuma grupā – 9%.

Saistība ar izglītības līmeni ir konstatējama tad, ja no analizējamās grupas izņemam personas, kas jaunākas par 20 gadiem (pretējā gadījumā personas ar pamatzglītību kompilējas no tiem, kas to nav ieguvuši tāpēc, ka ir pārāk jauni, un no tiem, kas to nav ieguvuši citu iemeslu dēļ, rezultātā absorbējot atšķirības starp izglītības līmeņiem) – konstatējams, ka dalība momentloterijās ir biežāka tad, ja izglītības līmenis ir zemāks (pamatzglītība vai zemāka) – tā vismaz reizi pēdējo 12 mēnešu laikā tajās piedalījušies 10% vismaz 20 gadu vecu respondentu ar pamatzglītību vai zemāku izglītības līmeni, 8% ar vidējo izglītību un 4% ar augstāko izglītību.

Proporcionāli vairāk tādu, kas jebkad spēlēja momentloterijas, ir starp personām, kuras atrodas bērnu kopšanas atvaļinājumā (42%), ierēdņiem un biroja darbiniekiem (42%), kvalificētiem speciālistiem un kvalificētiem strādniekiem (abās grupās 40%), kā arī zemniekiem, laukstrādniekiem un mežstrādniekiem (57%, taču pie zemas bāzes – uz šo grupu ir attiecināmi tikai 33 respondenti).

Tāpat raksturīgi, ka biežāk momentloterijas spēlē latvieši – 8% no viņiem teikuši, ka spēlē vismaz reizi mēnesī pēdējā gada laikā, kamēr citu tautību pārstāvji – 4% gadījumu. Starp retākiem spēlētājiem proporcija nedaudz izlīdzinās – vismaz reizi pagājušā gada laikā spēlēja 18% latviešu un 10% cittautiešu, bet kaut reizi pamēģinājuši 39% latviešu un 30% citu tautību pārstāvju. Šo sakarību vērtējot, jāņem vērā, ka momentloterijas ir populārākas laukos un mazpilsētās, kur latviešu īpatsvars ir augstāks.

9% no visiem respondentiem ir tādi, kas momentloterijas pēdējā gada laikā gan spēlēja, tomēr vienīgi vienu vai dažas reizes, kamēr tādu, kas vismaz reizi mēnesī – 7%. Retāk spēlēja Latgales iedzīvotāji (vien 3% gadījumu), rīdzinieki (4% gadījumu), kamēr biežāk vidzemnieki (15%), kurzemnieki (9%) un Pierīgas iedzīvotāji (8%).

4.1.2.2. Skaitļu loterijas

Piedalīšanās skaitļu loterijās, līdzīgi kā momentloterijās, ir populārāks azartspēļu veids laukos (kur to spēlēja 41% respondentu) un mazpilsētās (40%). Pēdējā gada laikā vismaz reizi mēnesī mazpilsētās un laukos skaitļu loterijas spēlēja 10% respondentu, bet vismaz reizi pēdējā gada laikā – attiecīgi 22% un 20%. Rīgā reizi mēnesī pēdējā gada laikā spēlēja vien 3%, bet vismaz reizi pēdējā gada laikā – 8%.

Dzimumu ziņā atšķirības ir nedaudz būtiskākas nekā momentloteriju gadījumā, tomēr sieviešu proporcija ir ievērojamāka, salīdzinot ar jebkuru citu azartspēļu veidu – jebkad šajās loterijās ir piedalījušies 36% vīriešu un 27% sieviešu, pēdējā gada laikā spēlējuši attiecīgi 17% un 13%, bet starp biežākajiem spēlētājiem, kas pēdējā gada laikā spēlējuši vismaz reizi mēnesī, proporcija ir tāda pat kā momentloteriju gadījumā – 8% vīriešu un 6% sieviešu.

Arī paaudžu ziņā skaitļu loterijas vispopulārākās ir vidējā paaudzē ar akcentu uz vecumgrupu 25-34 gadi (jebkad piedalījies 41%, pēdējā gada laikā piedalījušies 23%, bet vismaz reizi mēnesī pēdējā gada laikā – 11%), bet vismazāk ar tām saskārušies un visretāk tajās piedalās jaunākā un vecākā no aptaujātajām vecumgrupām (jebkad piedalījušies attiecīgi 25% un 21%, pēdējā gada laikā – attiecīgi 10% un 11%, bet kaut reizi mēnesī pēdējā gada laikā piedalījušies 5% no katras šīs vecumgrupas).

Tāpat kā momentloteriju gadījumā arī te, lai konstatētu atšķirības pēc izglītības, nepieciešams atfiltrēt jaunākos respondentus, kuri vidējo vai augstāko izglītību iegūt vēl nav paspējuši. Kad tas izdarīts, varam konstatēt, ka vismaz reizi mēnesī pēdējā gada laikā skaitļu loterijas spēlējuši 10% no tiem, kam pamatzglītība (un vecums vismaz 20 gadu), 8% no tiem, kam ir vidējā izglītība un 6% no tiem, kam – augstākā izglītība.

Atšķirības pēc tautības skaitļu loteriju gadījumā ir izteiktākas, salīdzinot ar momentloterijām – reizi mēnesī pēdējā gada laikā spēlējuši 9% latviešu un 3% citu tautību pārstāvju, vismaz reizi pagājušā gada laikā – attiecīgi 18% un 8%, bet vispār skaitļu loterijas pamēģinājuši attiecīgi 36% un 21%. Tas, ka atšķirības ir izteiktākas nekā momentloterijās, visticamāk skaidrojams ar atšķirīgu informācijas telpu latviešu valodā.

No tiem, kas skaitļu loterijās pēdējā gada laikā piedalījušies, vairāk nekā puse ir neregulāru spēlētāju – tādu, kas spēlējuši tikai vienu vai dažas reizes gadā. No visiem respondentiem nepilni 2% norāda, ka spēlē vismaz reizi nedēļā. Lai arī vīriešu un sieviešu īpatsvars spēlētāju vidū ir līdzīgāks, starp tiem, kas spēlē vismaz reizi nedēļā, vīrieši īpatsvars jau divkārt pārsniedz sieviešu īpatsvaru (2,4% pret 1,2%). Šādu iknedēļas spēlētāju īpatsvars augstāks ir mazpilsētās (3,6%), Vidzemē (4,3%), starp vienkāršiem strādniekiem (4%) un tiem, kas piestrādā gadījuma darbus (3,8%).

4.1.2.3. Spēļu automāti

Spēles automātos mazpilsētās ir populārākas nekā citviet – te jebkad tos spēlējuši 27% (kamēr Rīgā un laukos 22%, bet citās lielajās pilsētās – 17%), pēdējā gada laikā spēlējuši 8% (Rīgā 6%, laukos 5%, bet citās lielajās pilsētās – 4%), bet vismaz reizi mēnesī pēdējā gada laikā 4% (Rīgā 3%, citās lielajās pilsētās un laukos – 2%). No reģioniem biežāk nekā citur jebkad spēļu automātus ir spēlējuši respondenti Vidzemē (28%) un Pierīgā (24%), bet vismaz reizi pēdējā gada laikā – vidzemnieki (7%). Tāpat vidzemnieki biežāk nekā citi (4% gadījumu) norādījuši arī, ka spēlējuši vismaz reizi mēnesī pēdējā gada laikā. Abi griezumā – apdzīvoto vietu lielums un reģioni – šajā gadījumā ir cieši saistīti, jo Vidzemē ir tikai viena republikas nozīmes pilsēta (Valmiera), bet daudz mazpilsētu.

Spēles automātos izteikti biežāk spēlē vīrieši. Kopumā automātus spēlējuši ir 35% vīriešu un 11% sieviešu. Taču starp nesenākiem un biežākiem spēlētājiem vīriešu īpatsvars ir vēl augstāks – pēdējā gada laikā spēlējuši 10% vīriešu un 2% sieviešu, bet vismaz reizi mēnesī pēdējā gada laikā apmēram puse no viņiem – attiecīgi 5% un 1%.

Spēļu automāti klātienē ir bijuši populāri jaunu respondentu vidū. Starp tiem, kas spēlējuši kaut reizi, gan biežāk pārstāvētas vecumgrupas 25-34 gadi un 35-44 gadi (attiecīgi 31% un 25%), bet starp nesenākiem spēlētājiem izceļamas jaunākās vecumgrupas 15-24 gadi un 25-34 gadi (attiecīgi 10% un 9% spēlējuši kaut reizi pēdējā gada laikā). Turklāt jāatceras, ka daļai jaunākās grupas vēl ir aizliegts spēlēt spēļu automātos. Arī starp biežākajiem spēlētājiem – tiem, kas spēlējuši vismaz reizi mēnesī pēdējā gada laikā – proporcionāli biežāk (abos gadījumos 4%) pārstāvētas divas jaunākās vecumgrupas.

Spēļu automātus visbiežāk spēlējuši respondenti ar pamatizglītības vai zemāku izglītības līmeni, turklāt šoreiz šīs sakarības ir konstatējamas, neatfiltrējot jaunākos respondentus, kuri augstāku izglītības līmeni vēl nav paspējuši iegūt – secināms, ka abas pazīmes – vecums un izglītība – nevis viena otru nivelē (kā tas bija momentloteriju un skaitļu loteriju gadījumā), bet darbojas vienā virzienā – spēļu automātus biežāk spēlē gan jauni cilvēki, gan arī cilvēki ar zemāku izglītības līmeni. Jebkad pamēģinājuši tos spēlēt ir 23% to, kam ir pamatizglītība, 24% to, kam ir vidējā izglītība, kā arī 17% to, kam augstākā izglītība. Pēdējā gada laikā spēlējuši 10% no respondentiem ar pamatizglītību, 5% no tiem, kam vidējā izglītība, un 3% ar augstāko izglītību. Savukārt vismaz reizi mēnesī pēdējā gada laikā spēļu automātus spēlējuši 5% respondentu ar pamatizglītību, 3% – ar vidējo izglītību, kā arī 1% – ar augstāko izglītību.

Specifiska saistība veidojas ar tautību – ja vispār biežāk uz to, ka pamēģinājuši spēļu automātus, norāda latvieši (23% pret 19% citu tautību pārstāvjiem), tad to, ka spēlējuši vismaz reizi pagājušā gada laikā, latviešu jau saka proporcionāli retāk (5% pret 6%), savukārt to, ka spēlējuši vismaz reizi mēnesī pēdējā gada laikā, saka tikai 2% latviešu, bet 4% citu tautību pārstāvju.

Vismaz reizi nedēļā spēles automātos spēlējuši 0,8% no visiem respondentiem, 1-3 reizes mēnesī – 2%, bet 3% norādījuši, ka spēlējuši vien dažas reizes gadā. Ņemot vērā nelielo respondentu skaitu, sīkāk analīze griezumos šiem datiem nav iespējama.

4.1.2.4. Citi spēļu veidi

Pārējie spēļu veidi aprakstīti vispārīgāk salīdzinoši zemā spēlējušo respondentu skaita dēļ, jo padziļināta analīze griezumos te nav iespējama. Interesanti, ka nevienā no citiem spēļu veidiem nevaram konstatēt atšķirības pēc spēlētāju tautības, kamēr biežāk izplatīto spēļu veidu gadījumā tās nereti bija izteiktas.

Kazino spēles kaut reizi ir spēlējuši 6% respondentu. Rīgā un Pierīgā kazino spēlējuši ir attiecīgi 7% un 8% iedzīvotāju. Vīrieši ievērojami biežāk (10%) norāda, ka ir spēlējuši kazino spēles, salīdzinot ar sievietēm (2%). Kazino biežāk spēlējuši arī jaunāka gadagājuma cilvēki (7% vecuma grupā 15-24 gadi, 8% vecuma grupā 25-34 gadi, kamēr citās vecuma grupās 6% vai mazāk). Atbildi, ka spēlējuši pēdējā gada laikā, snieguši vien 1,4%.

Kazino spēlēšanu internetā izmēģinājuši 3% respondentu. Tāpat kā klātienē gadījumā arī spēlēšana interneta kazino populārāka un Rīgā un Pierīgā (4%). Arī interneta kazino spēlējuši biežāk vīrieši (5% pret 1% sievietēm) un jaunāko vecuma grupu respondenti (4% abās jaunākajās vecumgrupās).

Spēļu automātu spēlēšanu internetā izmēģinājuši 5% respondentu. Ja 55-64 gadu vecumā spēļu automātus internetā vispār ir spēlējuši 2% respondentu, tad 25-34 gadu vecuma grupā tādu ir 8%, bet abās pārējās jaunākajās grupās (15-24 gadi un 35-44 gadi) – 6%.

Derības vai totalizators īpašās vietās, kur tiek pieņemtas likmes, ir izmēģinājuši 2% respondentu. Augstāks spēlētāju īpatsvars ir rīdiniķu un Pierīgas iedzīvotāju vidū (attiecīgi 3% un 4%), tāpat citās lielajās pilsētās (4%). Biežāk likmes tiek spēlēti vīrieši (4%) nekā sievietes (1%). Tāpat augstāks īpatsvars šeit ir personām līdz 44 gadiem (3-4% atkarībā no vecumgrupas, kamēr vecākajiem – 2%). Savukārt **derības vai totalizatoru internetā** izmēģinājuši 3% respondentu; citas tendences ir līdzīgas kā klātienē spēlēt, tikai atšķirības ir vēl nedaudz krasākas.

Speciālajās bingo zālēs spēlējuši ir 6% respondentu. Tās populārākas bijušas Rīgā un Pierīgā (8% un 9% respondentu), kā arī Latgalē (7%). Vīrieši bingo spēlējuši biežāk nekā sievietes (9% pret 4%). Bingo spēle klātienē bijusi populārāka 25-34 gadu vecu (9%) un 35-44 gadu vecu (7%) respondentu vidū.

4.1.2.5. Azartspēļu un loteriju par naudu kombinēta spēlēšana

Kopumā vērojama spēlētāju profilēšanās vai nu loteriju vai azartspēļu jomā. Augstākā pārklāšanās ir konstatējama skaitļu un momentloteriju spēlētāju respondentu vidū. Proti, ja respondents spēlējis vienu loteriju veidu, tad var spēlēt arī citu. No tiem, kas pēdējā mēneša laikā piedalījušies skaitļu loterijās, 51% šajā pašā periodā piedalījies arī momentloterijās, savukārt pēdējo 12 mēnešu laikā šī pārklāšanās ir vēl izteiktāka – 56% no tiem, kas piedalījušies skaitļu loterijās, piedalījušies arī momentloterijās.

Savukārt spēļu automātu spēlētāji ar momentloteriju un skaitļu loteriju spēlētājiem pārklājas nenozīmīgi – tikai 9-10% no tiem, kas vismaz reizi mēnesī piedalās šajās loterijās, tāpat reizi mēnesī spēlējuši spēļu automātus. Arī gada ietvaros šī pārklāšanās ir ap 15% robežās.

Tiesa, skatoties no otras – spēļu automātu spēlētāju – perspektīvas pārklāšanās tomēr ir nozīmīgāka. 25% no tiem, kas reizi mēnesī spēlē spēļu automātus, reizi mēnesī piedalās arī skaitļu loterijās, bet 29% – momentloterijās. Gada ietvaros tas vērojams vēl izteiktāk – 39% no tiem, kas vismaz reizi gadā spēlē spēļu automātus, vismaz reizi gadā piedalās arī skaitļu loterijās, bet 41% piedalās momentloterijās.

Šie dati liecina, ka spēļu automātu spēlētāji biežāk spēlē arī citas azartspēles par naudu, salīdzinot ar dažādu loteriju spēlētājiem. Savukārt loteriju spēlētāji salīdzinoši retāk regulāri spēlē vai izmēģina spēļu automātus. Šis apstāklis jāņem vērā, izvērtējot katra spēļu veidu ietekmi uz veselību un radīto kaitējumu. Ja spēļu automātu spēlētāju grupa ir gana homogēna, tad loteriju spēlētāju grupa apvieno dažādus spēlētājus. Momentloteriju gadījumā pat vairākums spēlētāju (56%) gada ietvaros ir tādi, kas uzspēlē tikai dažas reizes gadījuma pēc.

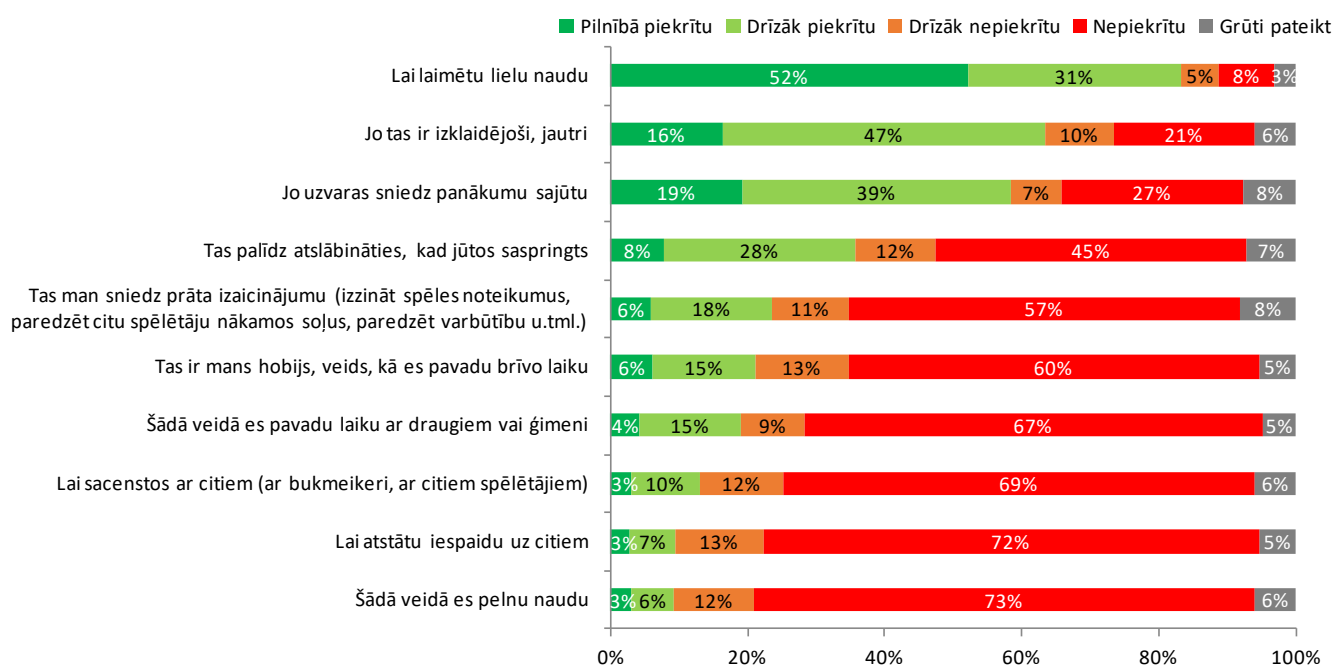
Plaša azartspēļu veidu pārklāšanās gan nav novērojama – parasti spēlētāji specializējas konkrētā spēles veidā. Tādu respondentu, kas pilnīgi pie visiem spēļu veidiem norādījuši, ka vismaz reizi gadā tos uzspēlē, ir aptuveni 1%. Ja ir runa par spēlēšanu vismaz reizi mēnesī, tad aptuveni 1,1% norāda, ka tik bieži spēlē vairāk par diviem spēļu veidiem. Savukārt, ja spēlēts tiek reizi nedēļā vai biežāk, tad vairāk par vienu spēļu veidu piemin 1%.

Kvalitatīvie dati, ko snieguši azartspēļu spēlētāji un speciālisti, kas strādā ar atkarīgajiem liecina, spēlētāji klātienē nepāriet uz spēlēm internetā, kā to intervijās pie riskiem, aizliedzot spēles klātienē, norādīja Latvijas Spēļu biznesa asociācijas pārstāvji. Kvantitatīvie dati gan neļauj viennozīmīgi apstiprināt apgalvojumu, jo spēlētāju internetā īpatsvars ir salīdzinoši zems.

4.1.3. Spēlēšanas motivācija

Ja pētījuma dalībniekiem vaicā, kāpēc viņi par naudu spēlē azartspēles, absolūti dominējoša ir viena no atbildēm – **lai laimētu lielu naudu** – tam pilnībā piekrīt 52%, bet drīzāk piekrīt 31% no tiem, kas vismaz reizi spēlējuši pēdējā gada laikā (skatīt 4.6.attēlu). Jebkura cita motivācija no anketā piedāvātajām parasti ir drīzāk sekundāra – īpaši skaidri tas novērojams, ja pievēršam uzmanību atbilžu “pilnībā piekrītu” un “drīzāk piekrītu” savstarpējai proporcijai – visos gadījumos, izņemot lielas naudas pelnīšanu, otrā no tām ir vismaz divreiz biežāka nekā pirmā.

4.6.attēls. Spēlēšanas motivācijas kopumā



Bāze – tie, kas pēdējā gada laikā vismaz reizi spēlējuši par naudu kādu no spēļu veidiem (n = 1292)

Kā pietiekami svarīgi papildus motivatori kalpo **izklaide** un **panākumu sajūta par uzvaru** – vairāk nekā puse no tiem, kas pēdējā gada laikā spēlējuši kādu no azartspēlēm par naudu, ir piekrituši, ka viņi spēlē arī šo motivāciju dēļ. Abas šīs atbildes biežāk par citiem izvēlējušies rīdzinieki (turklāt viņi nedaudz retāk runā par iespēju laimēt lielu naudu), vīrieši, cilvēki ar zemāku izglītības līmeni, kā arī jaunāki cilvēki.

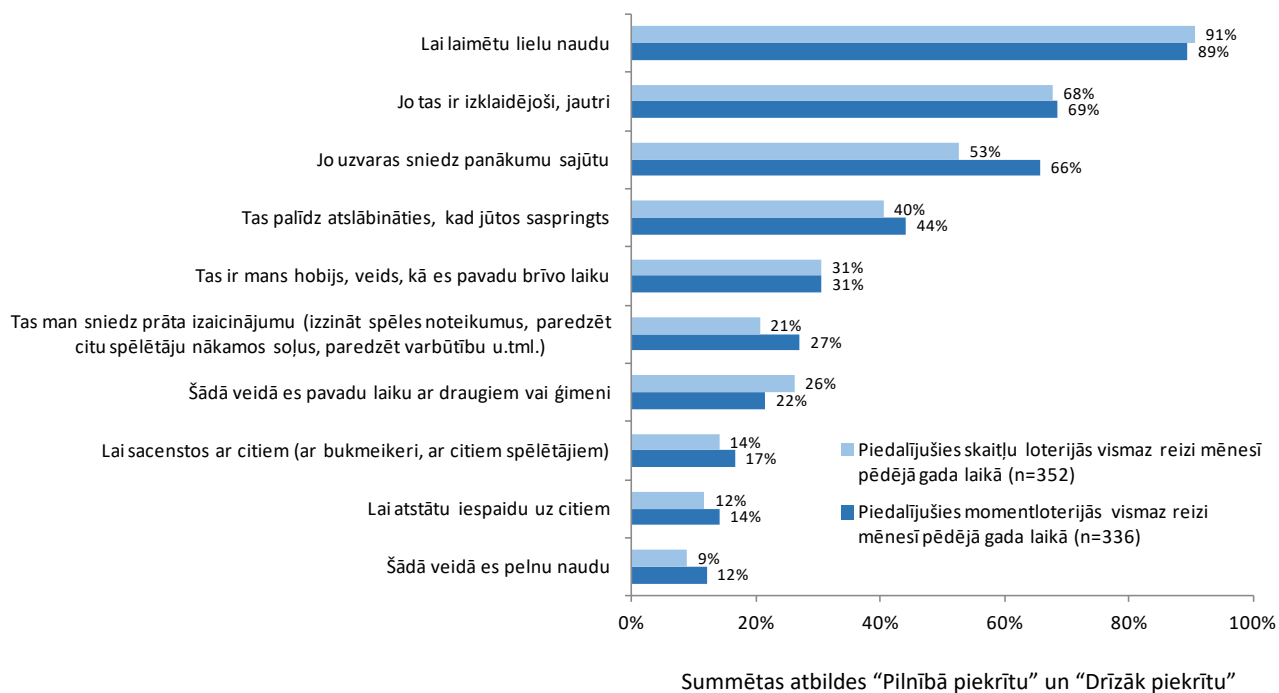
Arī uz **iespēju šādā veidā atslābināties**, ko izvēlējušies 36% no tiem, kas pēdējā gada laikā spēlējuši, biežāk norāda rīdzinieki, vīrieši un cilvēki ar zemāku izglītības līmeni, taču sakarības ar vecumu nav novērojamas. Tās pašas grupas biežāk par citām izceļušas **prāta izaicinājumu** kā spēlēšanas motivāciju, taču pati motivācija izvēlēta retāk – 24% gadījumu. Mazliet citādi ir ar **spēlēšanu kā hobijs**, kas ir svarīgi 21% respondentu – arī šeit izceļas rīdzinieki, cilvēki ar zemāku izglītību, kā arī vīrieši, taču tas vairāk raksturīgs citu tautību pārstāvjiem nevis latviešiem, savukārt, skatot pēc vecuma, šī atbilde ir biežāka tieši vecāko spēlētāju (55-64 gadu vecuma grupa) vidū. 19% norādījuši, ka **šādā veidā pavadu laiku ar draugiem vai ģimeni** – šī ir vienīgā atbilde, kuru sievietes un vīrieši snieguši vienlīdz bieži, tā raksturīgāka jaunākiem respondentiem, kā arī pilsētniekiem (izņemot Rīgu).

Pārējās anketā piedāvātās motivācijas ir visai specifiskas, tās atzīmējuši 9-13% no visiem, kas pēdējā gada laikā spēlējuši. Galvenās sakarības ar sociāli demogrāfiskajām pazīmēm, kas tām visām raksturīgas, ir augstāks vīriešu un personu ar zemāku izglītības līmeni īpatsvars.

Atsevišķi ir vērts pievērst uzmanību motivācijai atkarībā no spēļu veida. Šim nolūkam tika atlasīti tie spēlētāji, kas pēdējā gada laikā vismaz reizi mēnesī spēlējuši katru no spēļu veidiem un veikta motivāciju analīze. Jāņem vērā, ka atsevišķos gadījumos bāzes ir ļoti mazas (viszemākā ir totalizatoru spēlētājiem klātienē – tikai 15 respondenti), tādējādi nejaušību ietekme nav izslēdzama (izņemot skaitļu loteriju, momentloteriju un spēļu automātu spēlētāju atbildes), tomēr kopumā iegūtās atbildes ļauj saprast dažādu spēļu veidu praktizētāju motivācijas.

Visai vienkārša ir situācija ar **momentloteriju un skaitļu loteriju spēlētājiem** (skatīt 4.7.attēlu) – daudzējādā ziņā tā sakrīt ar nupat apskatītajām visu respondentu atbildēm. Momentloteriju un skaitļu loteriju spēlētāji koncentrējas uz lielas naudas laimēšanu. Citas motivācijas ir daudz retākas – īpaši, ja salīdzina ar citu spēļu veidu praktizētājiem. Galvenā papildmotivācija ir tā, ka spēlēt ir izklaidējoši un jautri. Momentloterijās gadījumā motivē arī laimesti, kas ir biežāki nekā skaitļu loteriju gadījumā – tie sniedz panākuma sajūtu par uzvaru. Īpaši zemu, ja salīdzina ar to, kādas motivācijas ir citu spēļu veidu spēlētājiem, momentloteriju un skaitļu loteriju spēlētājiem, ir spēle kā prāta izaicinājums – pat spēļu automātu spēlētāji klātienē šo atbildi izvēlējušies 40% gadījumu (visos citos gadījumos procents ir augstāks, sasniedzot pat 70% klātienē kazino spēļu spēlētāju vidū), kamēr šeit tā ir 21-27% līmenī.

4.7.attēls. Spēlēšanas motivācijas skaitļu loteriju un momentloteriju dalībnieku vidū



Kvalitatīvie dati rāda, ka loteriju spēlētājiem spēlēšana ir saistīta ar ikdienas ritma strukturēšanu un nereti veido rituālu un piedalīšanos notikumā:

Pieeju pie kioska, nopērku momentloteriju. Uzreiz nekasu uzreiz. Eju mājā un domāju, ko es varētu izdarīt, kad laimēšu. Tad stāv uz galda, uztaisu vakariņas, vīram, sev, bērniem, pēc tam sēžu, kasu, nokasu pirmo rindu, kur tikai simboli, kas varētu būt. Nē, kaut kam jābūt, ātri izkasu visu pārējo.

Ja ir tukšs, ir sava veida vilšanās, bet iekšā ir vienalga interese, kāpēc tā. Vai tiešām neviens nesakrīt? Vai nu vinnē 5-10 eiro vai 20, tad iekšā ir tā kā miera sajūta. Esi atsitis biļeti, varbūt vēl 3 [eiro] klāt. Kad aizsūti to biļeti uz superbingo, tad gaidi, tagad visi izvilks, ir tavs numurs, tavs vārds vai... Tad ir sava veida vilšanās... Sava veida cerība, vilšanās prieks, interese, sava veida intriga. (Fokusgrupu diskusija, sieviete, 31 gads)

Kopienas aspekts – spēlēšanas saikne ar apkārtējo vidi, tai skaitā latviešu valodas vidi – kā jau tika minēts, ietekmē augstāku latviešu īpatsvaru momentloteriju spēlētāju vidū.

Arī **spēļu automātus** vispirmām kārtām spēlē tāpēc, lai laimētu lielu naudu (skatīt 4.8.attēlu). Tomēr šī motivācija nav tik viennozīmīgi dominējoša kā momentloteriju vai skaitļu loteriju spēlētāju gadījumā – spēļu automātu spēlētāji internetā pat atbildi, ka uzvaras sniedz panākumu sajūtu, izvēlējušies biežāk nekā atbildi, ka viņi cer laimēt lielu naudu.

4.8.attēls. Spēlēšanas motivācijas spēļu automātu spēlētāju vidū



Summētas atbildes “Pilnībā piekrītu” un “Drīzāk piekrītu”

Uz citu spēlētāju fona bez tā, ka uzvaras sniedz panākumu sajūtu, spēļu automātu spēlētāji izceļas arī ar biežākām atbildēm, ka spēlēšana palīdz atslābināties, kā arī – ka spēlēšana sniedz prāta izaicinājumu (īpaši, ja ir runa par spēlēšanu internetā). Savukārt retāk nekā citu spēļu veidu spēlētājiem sniegta atbilde, ka šādā veidā viņi pavadu laiku ar draugiem vai ģimeni. Acīmredzot te spēļu automāts tiek zināmā mērā personificēts – ar automātu tiek kopā pavadīts laiks, bet tā apmānīšana sniedz prāta izaicinājumu un tamlīdzīgas sajūtas. Interneta gadījumā automāta personificēšana, pēc pieejamās informācijas spriežot, pat ir vēl izteiktāka – tie, kas spēļu automātus spēlē internetā, retāk par citiem spēlētājiem izvēlējušies atbildes, ka viņi šādā veidā cer laimēt lielu naudu, kā arī ka tā viņi sacenšas ar citiem cilvēkiem vai mēģina atstāt uz tiem iespaidu.

Kvalitatīvie dati lielā mērā apstiprina kvantitatīvos rādījumus par emocionālā stāvokļa nozīmi spēlēšanas motivācijā, taču interviju dalībnieki uzsver tieši ar azartu saistīto sajūtu nozīmi spēlēšanas procesā. Spēlējošās personas bieži apzinās, ka šī veida sajūtas viņos raisa uzmācīgu nepieciešamību turpināt spēli, taču pietrūkst resursu kā šīs sajūtas pārvarēt.

Azarts bija tāds, ka tu pilnībā, tev viss pārējais apstājas. Pilnīgi cita dimensija iestājas. Es atceros, man tā sajūta nepatika, bet es arī nebiju spējīgs neko pretoties. Tas bija tāds milzīgs iekšējs spēks, kas tevi dzina uz turieni. (Vīrietis, 38 gadi)

Azartspēļu spēlēšanā kvalitatīvā pētījuma dalībniekiem būtiska ir klātbūtne un atpazīstamā atmosfēra spēļu zālē:

Cilvēks uzsēžas uz adrenalīna, viņš iet tērēt naudu, nevis dēļ laimesta pēc tērē naudu, [bet] lai pavadītu laiku vidē, kur ir azarts, adrenalīns. Excitement [sajūsma], grib pats sev piepildītu laiku. Nav svarīgi, kas apkārt, visi iet riskēt un risks ir tas, kas veido atkarību. Kā karavīriem, piedaloties kādā misijā, atbraucot atpakaļ, viņiem miera stāvoklī ir garlaicīgi. (Fokusgrupu diskusija, vīrietis, 34 gadi)

Atkarībai attīstoties, pozitīvās emocijas nomaina negatīvās un apziņa par spēlēšanas paraduma radītiem ierobežojumiem, kas var kļūt par lūzuma punktu risinājuma meklēšanā:

Sāku 18 gadus, spēlēju līdz kādiem 25 gadiem. Agrīnā periodā tiešām bija azarts un izklaide, risks, adrenalīns. Vairāk azarts. Agrīnā periodā tā bija pozitīvas emocijas. Pēdējos 3 gadus, kad spēlēju, man bija šausmīga nožēla par to, kā izniekoju savu dzīvi, iespējas. Beigsies darbs, domāju, došos izklaidēties, bet katru reizi aizeju iztīrīt savas kabatas. Visas savas iespējas. Salūzu vienā brīdī, kad apnika būt tik nožēlojamam. (Fokusgrupu diskusija, vīrietis, 34 gadi)

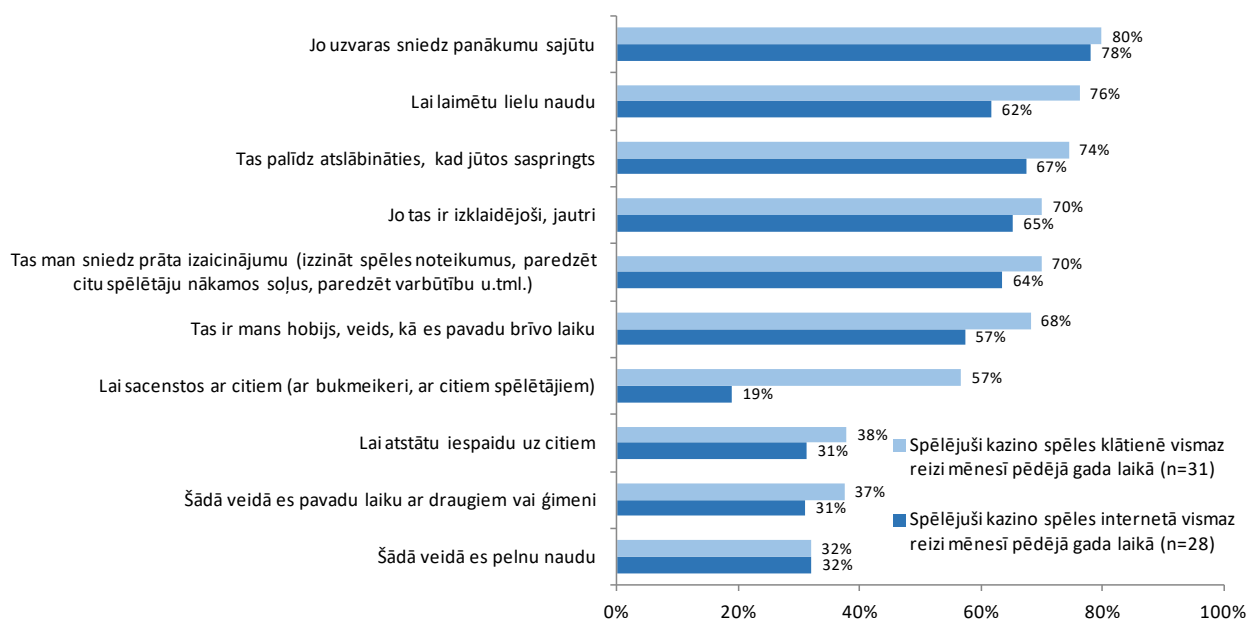
Intervijās un īpaši fokusgrupu diskusijā, tika iezīmēti arī pavadošie faktori, kas var veicināt atkarības iestāšanos, vai turpināšanos – alkohola, tabakas izstrādājumu lietošana. Tā, piemēram, spēļu zāļu apmeklēšana, kā vēlāk tiks vairāk apskatīts sadaļā par pavadošajām atkarībām, ir cieši saistīta ar citiem pakalpojumiem, kas tajās pieejami.

Kazino spēļu gadījumā (skatīt 4.9.attēlu) galvenā motivācija nav lielas naudas laimēšana kā visu citu spēļu veidu gadījumā – galvenais motīvs ir panākumu sajūta par uzvaru kā tādu (īpaši šis motīvs izceļas uz pārējo fona tiem, kas spēlējuši internetā). Tā kā šī sajūta ir ievērojami sasniedzamāka nekā panākumu sajūta par lielas naudas laimēšanu, tad runa ir par lietām, ko spēlētāji ir piedzīvojuši, ne par lieliem mērķiem, kas vairumā gadījumu sasniegti netiek. Tāpat svarīgs motīvs ir atslābināšanās. Atšķirībā no citiem spēļu veidiem šajā gadījumā tiek vairāk izcelts arī prāta izaicinājums.

Tad, ja spēle notiek klātienē, tad parādās vēl virkne motivāciju, kas kazino spēlētājiem ir būtiskākas nekā vairumam spēlētāju – spēlēšana kā hobijs, sacensība ar citiem, kā arī iespaida atstāšana uz citiem. Tāpat tad, ja spēlēšana ir klātienē, tad kazino spēlētāji ir tie, kas visbiežāk uz jautājumiem par to, kāpēc viņi spēlē, snieguši atbildes “grūti pateikt”.

Internetā spēlējošiem savukārt motivācijas ir vienkāršākas – bez augstāk jau minētajām citās, kas izceltos uz pārējo spēlētāju fona, konstatēt nav iespējams, taču ir virkne motivāciju, ko kazino spēļu spēlētāji internetā minējuši retāk par citiem – vēlme laimēt lielu naudu, izklaidēties, pavadīt laiku ar draugiem vai ģimeni, kā sacensties ar citiem – tādējādi interneta spēlētāju vidū svarīga ir atslābināšanās, izklaide, kas ik pa brīdim vainagojas ar panākumu sajūtu par kādu laimestu, kura lielums jau ir sekundārs.

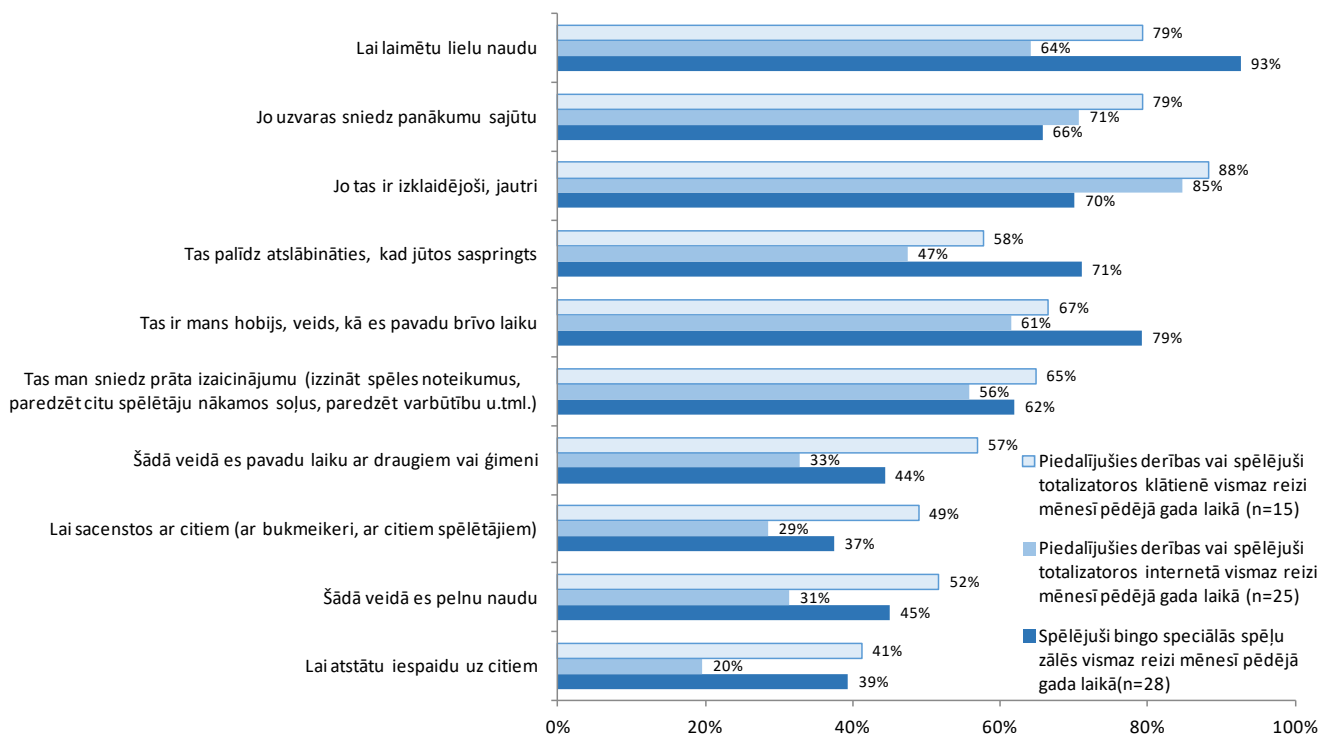
4.9.attēls. Spēlēšanas motivācijas kazino spēļu spēlētāju vidū



Summētas atbildes "Pilnībā piekrītu" un "Drīzāk piekrītu"

Spēlēšana totalizatoros un derībās vispirmām kārtām tiek saistīta ar tādu motivāciju kā izklaide (skatīt 4.10.attēlu), otrkārt respondenti izcēluši panākumu sajūtu, ko sniedz spēle. Un tikai kā trešā būtiskākā motivācija nosaukta iespēja nopelnīt lielu naudu – klātienē spēlējošie to saukuši biežāk nekā interneta spēlētāji.

4.10.attēls. Spēlēšanas motivācijas derību, totalizatoru un bingo spēļu spēlētāju vidū



Summētas atbildes "Pilnībā piekrītu" un "Drīzāk piekrītu"

Biežāk nekā citi spēlētāji, tie, kas piedalās totalizatoros, minējuši arī prāta izaicinājumus un to, ka šādā veidā viņi pelna naudu. Uzvaru sasniegšana līdz ar to var būt saistīta ar prāta izaicinājumu, analizējot sporta statistiku, ievācot informāciju un tamlīdzīgi – būtībā tas ir tas pats darbs, ko otrā – bukmeikeru – pusē dara viņu analītiķi.

Totalizatoru klātienē spēlētāji biežāk par citiem norādījuši arī tādas motivācijas kā spēlēšanu dēļ hobijs, sacensību ar citiem, iespaida atstāšanu uz citiem, kā arī to, ka šādā veidā tiek pavadīts laiks ar draugiem vai ģimeni.

Savukārt tie, kas spēlē totalizatoru internetā, tieši otrādi – laika pavadīšanu ar draugiem vai ģimeni šādā veidā nosaukuši ievērojami retāk nekā vairums spēlētāju. Tāpat tie, kas spēlē internetā salīdzinoši retāk minējuši tādas motivācijas kā vēlmi laimēt lielu naudu un atslābināšanos. Ja citu spēļu veidu gadījumā motivācijas spēlēt klātienē un internetā bija līdzīgākas, tad totalizatoru gadījumā tās ir krietni atšķirīgākas (tiesa, šeit gan jāuzsver tas, ka totalizatoru klātienē spēlētāju izlasē bija tikai 15, bet interneta spēlētāju – 25 – konstatētās atšķirības var būt nejaušas).

Bingo spēlētāji (skatīt 4.10.attēlu) kopumā izceļas ar virkni motivāciju, kuras ir nosauktas biežāk nekā vairuma spēlētāju gadījumā. Konkrēti biežāk par vairumu viņi kā spēlēšanas motivācijas minējuši:

- Lai laimētu lielu naudu;
- Tas palīdz atslābināties, kad jūtos saspringts;
- Tas man sniedz prāta izaicinājumu;
- Tas ir mans hobijs, veids, kā es pavadu brīvo laiku;
- Lai sacenstos ar citiem;
- Lai atstātu iespaidu uz citiem;
- Šādā veidā es pelnu naudu.

Savukārt tādu motivāciju, kas tiktu nosauktas retāk nekā vairuma spēlētāju gadījumā, bingo spēlētājiem nebija. Bingo spēlētāji līdzīgi kā klātienē kazino spēlētāji biežāk par citiem attiecībā uz motivācijām izvēlējušies atbildes “grūti pateikt” – kontekstā ar citām daudzveidīgajām un bieži nosauktajām motivācijām secināms, ka daļai no viņiem nav īsti skaidrs, vismaz racionalizētā līmenī, kāpēc viņi spēlē.

Bingo spēlētāju īpatsvars ir salīdzinoši neliels, arī kvalitatīvajā pētījuma daļā piedalījās tikai viena bingo spēlētāja, kura spēlēšanu bija uzsākusi Lielbritānijā, un, tai kļūstot par ikdienas paradumu, iespējas meklējusi arī Latvijā.

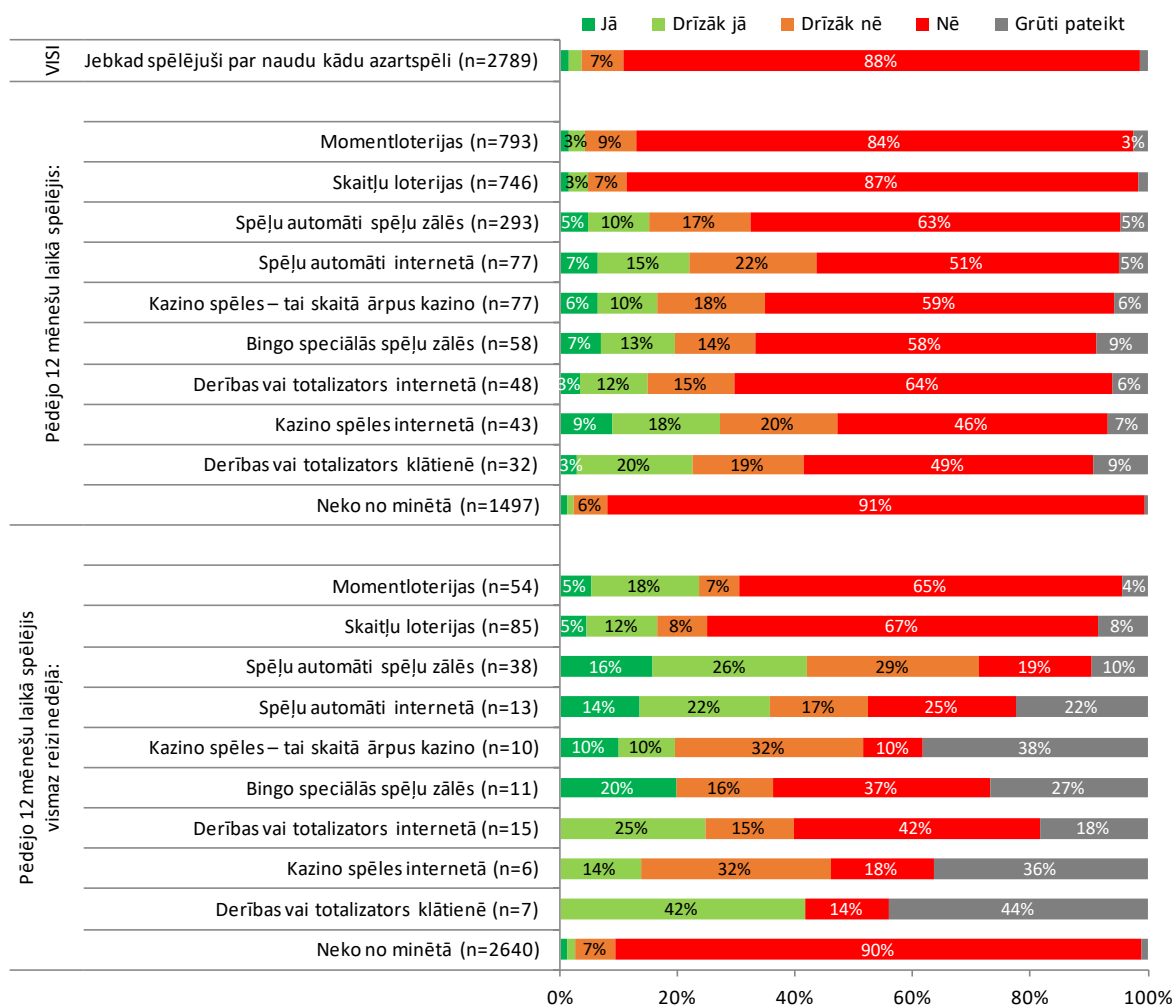
4.1.4. Azartspēļu un loteriju spēlētāju uztvertais kaitējums

Kaitējums šajā pētījumā definēts vārda plašākā nozīmē, ietverot gan veselībai, gan citām dzīves jomām un sabiedrībai nodarīts kaitējumu. Azartspēļu un loteriju gadījumā mērījumi balstās respondentu pašvērtējumā, kur gan tiešā, gan netiešā veidā (ar skalu palīdzību) mērīta spēlēšanas ietekme. Tāpat, ņemot vērā interviju datus, kaitējuma vērtējumā iekļauts arī ekonomiskais kaitējums, ko var izraisīt pārmērīga azartspēļu un loteriju spēlēšana un spēlēšanas paradumu saistība ar citiem veselībai kaitīgiem paradumiem.

4.1.4.1. Problēmu ar azartspēlēm un loterijām tiešs pašvērtējums

Vaicāti par to, vai kādreiz domājuši, ka viņiem ir problēmas ar azartspēļu spēlēšanu, absolūtais vairums (88%) respondentu, kuri jebkad spēlējuši azartspēles, atbild ar pārliecinošu “nē”, bet vēl 7% - “drīzāk nē” (skatīt 4.11.attēlu). “Jā” šeit teicis tikai 1%, bet “drīzāk jā” – 2%.

4.11.attēls. Respondentu pašvērtējums par to, vai viņi kādreiz domājuši, ka viņiem ir problēmas ar spēlēšanu



To respondentu atbildes, kuri azartspēles spēlējuši pēdējā gada laikā, sīkāk tika skatītas spēļu veidu griezumā. Tāpat šīs atbildes tika salīdzinātas ar biežo spēlētāju atbildēm – proti, to respondentu, kuri norādījuši, ka pēdējā gada laikā spēlē vismaz reizi nedēļā (šīs atbildes interpretējot gan jāņem vērā neliels respondentu skaits, kas šādi atbildēja).

Visretāk problēmas atzīst momentloteriju un skaitļu loteriju dalībnieki. 24% momentloteriju un 17% un skaitļu loteriju iknedēļas spēlētāju atzīst vai drīzāk atzīst, ka viņi domājuši, ka problēmas varētu būt, savukārt pēdējā gadā aktīvo spēlētāju vidū tādu ir attiecīgi 4% un 5%.

No tiem spēļu automātu spēlētājiem, kas vismaz reizi gadā spēlējuši arī internetā, uz iespējamām problēmām norāda 22%, bet no tiem, kas tos internetā spēlē reizi nedēļā – 36% (tiesa, pēdējā gadījumā bāze ir tikai 13 respondentu). Augstāka bāze un ticamāki dati ir tiem respondentiem, kas spēļu automātus spēlējuši klātienē – šeit no pēdējā gada laikā vispār spēlējušajiem uz iespējamām

problēmām norāda 15%, bet no tiem, kas spēlē ik nedēļu – 42%. Secināms, ka spēļu automātu spēlētāji klātienē ir augstākajā atkarības riska grupā, ja par kritēriju uzskata spēlēšanas problēmu pašvērtējumu.

Salīdzinoši augsts risks varētu būt arī kazino spēlēm un totalizatoriem, tomēr šajā gadījumā respondentu bāze ir nepietiekama, lai sniegtu viennozīmīgu novērtējumu, kas būtu salīdzināms ar to, kāds sniegts par spēļu automātu spēlēšanu klātienē, kā arī momentloterijām un skaitļu loterijām.

4.1.4.2. Finanšu ieguldījumi un ar to saistītais kaitējums

Intervijās ar ekspertiem finanšu zaudējumi un parādsaistības bieži tika minēti kā galvenais ar azartspēļu spēlēšanu saistītais kaitējums, ko ne tikai atkarīgajai personai, bet visai atkarīgās personas ģimenei nodara azartspēļu atkarība, šādi skarot vēl plašāku spēlēšanas negatīvi ietekmētu iedzīvotāju loku:

To naudu visi savāca, māte, mātes māšas, tēvs, visi tur bija saziņā. (Vīrietis, 38 gadi)

Mana otra puse arī zina, ka es spēlēju, es to neesmu slēpis. Mani radnieki to zina. Tas jau pirmais, kas tev ir jāizdara, jo es uzskatu, ka, ja tu slēpies, tas būs vēl lielāks... Esmu arī ņēmis no draudzenes karti, gājis, licis, mēģinājis. Tas arī ir mēģināts, jā. Kurš to nemēģina. (Vīrietis, 33 gadi)

Finanšu zaudējumi ir arī biežāk minētais sliekšnis, kas pašiem spēlētājiem un tuviniekiem ļauj identificēt, ka iestājušās problēmas. Vienlaikus, jāatzīmē, ka intervijas rāda, ka šis sliekšnis ir gana zems un visbiežāk ir rezultāts ilgstošākai iepriekšējai aizrautībai ar azartspēlēm, un lielākoties tieši finansiālie sarežģījumi noved pie situācijas atzišanas un atklāšanas.

Paši cilvēki palīdzību atkarību jautājumos meklē diezgan kusli, un tā nav unikāla situācija Latvijā, tas ir visur pasaulē, jo viņi neatzīst, ka viņiem ir problēma. Tie līdzcilvēki varbūt tajā mirklī, ja uz alkoholu tas ir daudz pamanāmāk, tad uz procesu atkarībās šis process ir daudz slēptāks. Tam cilvēkam varbūt ir sarkanas acis, bet nav no alkohola drebošas rokas, ne paģiras. Tīri fizioloģiski viņi izpaužas ne tik ļoti. Pajiet laiks, kamēr ģimene konstatē, ka viņiem rodas finansiālas problēmas. Tas ir ilgstošāks process. (Līga Timša, Veselības ministrija Sabiedrības veselības departaments)

Mums ir dažādi cilvēki, parasti jau tā spēļu atkarība rada finansiālas grūtības visai ģimenei, cilvēkiem ir parādi. (Tatjana Grigorjeva, Rīgas atkarības profilakses centrs)

Ar aptaujas palīdzību finanšu zaudējumi nav tieši atklājami. Vidējo tēriņu aprēķins ir piesardzīgi interpretējams – tas ļauj salīdzinoši vērtēt tēriņus starp spēļu veidiem, bet jāņem vērā, ka sniegtais pašvērtējums atspoguļo pašu spēlētāju subjektīvo izpratni, optimistiskāk vērtējot laimesta izredzes. Loteriju gadījumā rezultātus var vērtēt kā salīdzinoši ticamākus vismaz maksimālo summu ziņā, jo loterijām raksturīgi, ka, bieži spēlējot, laiku pa laikam ir iegūstami vinnesti, kas pārsniedz ieguldīto – respondenti atbildot neņem vērā, cik bieži ir šie vinnesti un kāds ir šajā laika periodā iztērētās naudas apjoms.

Atbildot par vidējiem tēriņiem tipiskā **azartspēļu spēlēšanas** dienā, respondenti norāda, ka vidēji tērējuši 39 eiro (skatīt 4.12.attēlu). Savukārt tipisks vidējais laimests saskaņā ar spēlētāju uztveri bijis 102,59 eiro. Interesanti, ka rīdzinieki norādījuši, ka vidēji tipiskā dienā tērējuši 51,93 eiro un laimējuši 86,38 eiro, bet laukos dzīvojošie respondenti apgalvo, ka iztērējuši mazāk, tas ir 34,89, bet ieguvuši vairāk, tas ir 164,59 eiro.

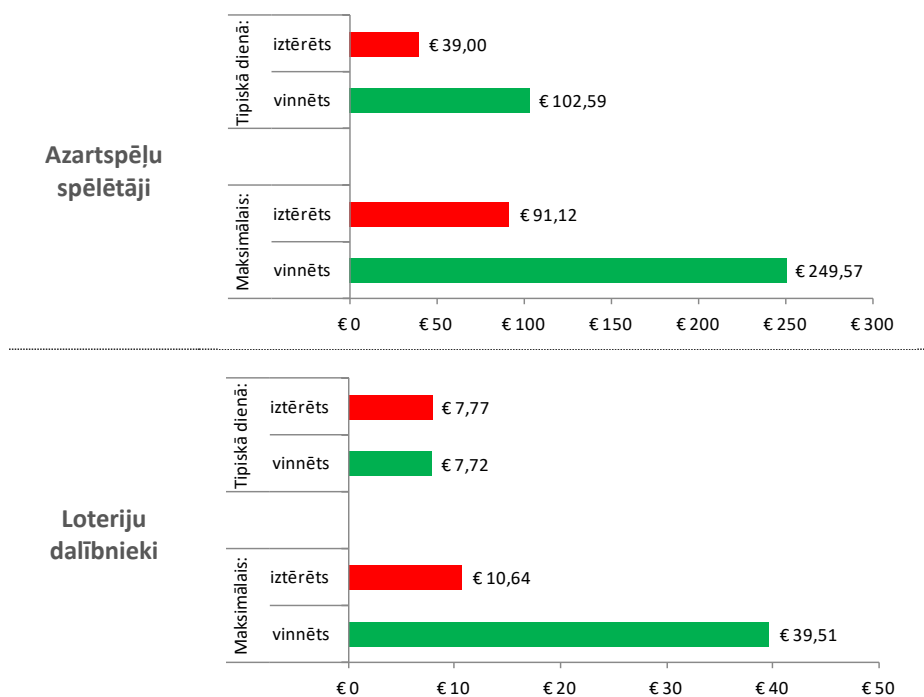
Lielākā vienā dienā laimētā summa vidēji esot 249,57 eiro, savukārt lielākā dienas laikā nospēlētā summa – 91,12 eiro. Arī šeit laucinieku nosauktā amplitūda ir plašāka nekā Rīgā – rīdzinieku lielākā laimētā summa bijusi 203,71 eiro, bet iztērētā – 99,99 eiro, kamēr laukos vinnēts 232,07 eiro, bet iztērēti 99,74 eiro. Kopumā raksturīgi, ka visās sociāli demogrāfiskajās grupās (izņemot ļoti mazskaitlīgas, kuras pārstāv vien daži respondenti) vidēji vinnētā summa tiek nosaukta lielāka nekā iztērētā.

Atbildot **par loterijām iztērētu summu** vienā tipiskā dienā respondenti min vidēji 7,77 eiro (skatīt 4.12.attēlu). Savukārt tipiski minētais vidējais dienas laimests ir nedaudz zemāks – 7,72 eiro. Rīgā loterijai respondenti tērējuši lielākas summas – vidēji 12,60 eiro, kamēr citās lielās pilsētā – 5,34, mazpilsētās – 6,24, bet laukos – 6,67 eiro. Savukārt vidējais tipiskas dienas laimests Rīgā vērtēts proporcionāli augstāk nekā tēriņi – 16,95 eiro, tāpat arī lielajās pilsētās, kur tas vidēji bijis 6,47 eiro, savukārt mazpilsētās un laukos tas norādīts mazāks – attiecīgi 3,94 un 5,35 eiro.

Nosauktā tipiski vērtētā vinnētā summa ievērojami pārsniedz iztērēto nelatviešu atbildēs, kamēr latvieši iztērēto summu novērtējuši kā augstāku. Lielas atšķirības vērojamas sieviešu un vīriešu sniegtajos vērtējumos. Vīriešu tipiskā dienā vidēji iztērētā summa bijusi 9,46 eiro, bet vinnētā 9,55 eiro, kamēr sievietēm tie attiecīgi ir 6,18 un 5,97 eiro. Acīmredzot sievietes kopumā loterijām tērē mazāk līdzekļu.

Lielākais laimests vienā dienā vidēji ir bijis 39,51 eiro, bet lielākā zaudētā summa dienā vidēji bijusi 10,64 eiro. Īpaši augstu sava laimesta vērtību nosaka vidzemnieki (viņi ir arī biežākie momentloteriju un skaitļu loteriju spēlētāji), norādot uz 87,51 eiro, kamēr Latgalē šī summa ir 19,42 un Kurzemē 16,90 eiro. Ja vīrieši norāda, ka lielākā dienā laimētā summa bijusi 67,27 eiro, tad sievietēm – 13,57 eiro.

4.12.attēls. Respondentu atbildes par tipiskā dienā iztērēto un vinnēto summu, kā arī maksimāli dienā iztērēto un vinnēto summu



Bāzes – tie, kas spēlējuši attiecīgo spēļu veidu vismaz reizi pēdējā gada laikā un nosaukuši konkrētas iztērētās un vinnētās summas (azartspēļu spēlētājiem n = 393; loteriju dalībniekiem n = 1104)

Salīdzinot spēlētāju sniegtās atbildes, vērojams, ka azartspēļu spēlētāji kopumā spēlēšanai iztērē salīdzinoši lielākas summas un pārspilē laimesta lielumu, salīdzinot ar loteriju spēlētājiem, vienlaikus samazinot vērtējumu par iztērēto naudu laimesta iegūšanai.

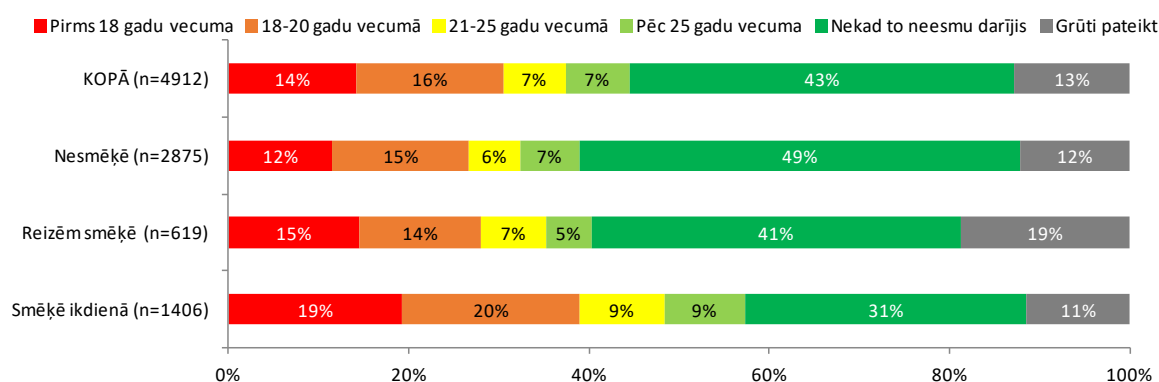
Vērtējumu ietekmē arī dzimums un reģionālās īpatnības. Iespējams, ka augstāks vērtējums par ieguvumu azartspēlēs saistīts ar lielāka augstākas nozīmes piešķiršanu kādam lielākam laimestam, liekot pārvērtēt vidējo ieguvumu. Kopumā dati liecina par salīdzinošu augstāku spēlētāju finansiālu ieguldījumu azartspēļu spēlēšanā, kas, kombinācijā ar spēlētāju salīdzinoši zemo vecumu un zemāka līmeņa izglītību norāda uz šī spēļu veida augstāku ekonomisko ietekmi uz mazāk aizsargātām iedzīvotāju grupām nekā loterijām. Vienlaikus, kā norāda spēļu automātu spēlētāji intervijās un diskusijā, ienākumu līmenis drīzāk nosaka spēles likmju iespējas, bet nepasargā no iespējamiem zaudējumiem.

4.1.4.3. Azartspēļu un loteriju spēlēšanas par naudu saistība ar veselībai kaitīgiem paradumiem

Eksperti intervijās norāda, ka procesu atkarība bieži ir cieši saistīta ar vielu atkarības procesiem. Te jānorāda, ka saikne var būt gan saistīta ar personas noslieci uz atkarību, jo tām ir vienots patofizioloģiskais mehānisms, gan tās sociālu un kulturālu veicināšanu, piemēram, ar spēļu zāles un kazino kultūru, netieši veicinot alkohola lietošanu (piemēram, alkohola diennakts pieejamību ar zemākām cenām) un smēķēšanu (ar iespēju smēķēt azartspēļu zālēs speciāli ierādītās telpās, neizejot no azartspēļu zāles) ar dzērienu un tabakas izstrādājumu piedāvāšanu.

Aptaujas dati rāda, ka spēlēšanas paradumi ir saistīti ar atkarību izraisošu vielu lietošanu. Azartspēļu un loteriju spēlēšana par naudu ir populārāka **smēķētāju** vidū (skatīt 4.13.attēlu) – 49% nesmēķētāju norāda, ka azartspēles par naudu nekad nav spēlējuši, kamēr pastāvīgu smēķētāju vidū – 31%). Tāpat smēķētājiem (vai tiem, kuri par tādiem potenciāli kļūs) ir tendence agrāk uzsākt azartspēļu spēlēšanu.

4.13.attēls. Vecums, kādā pirmoreiz par naudu spēlētas azartspēles atkarībā no respondentu smēķēšanas paradumiem

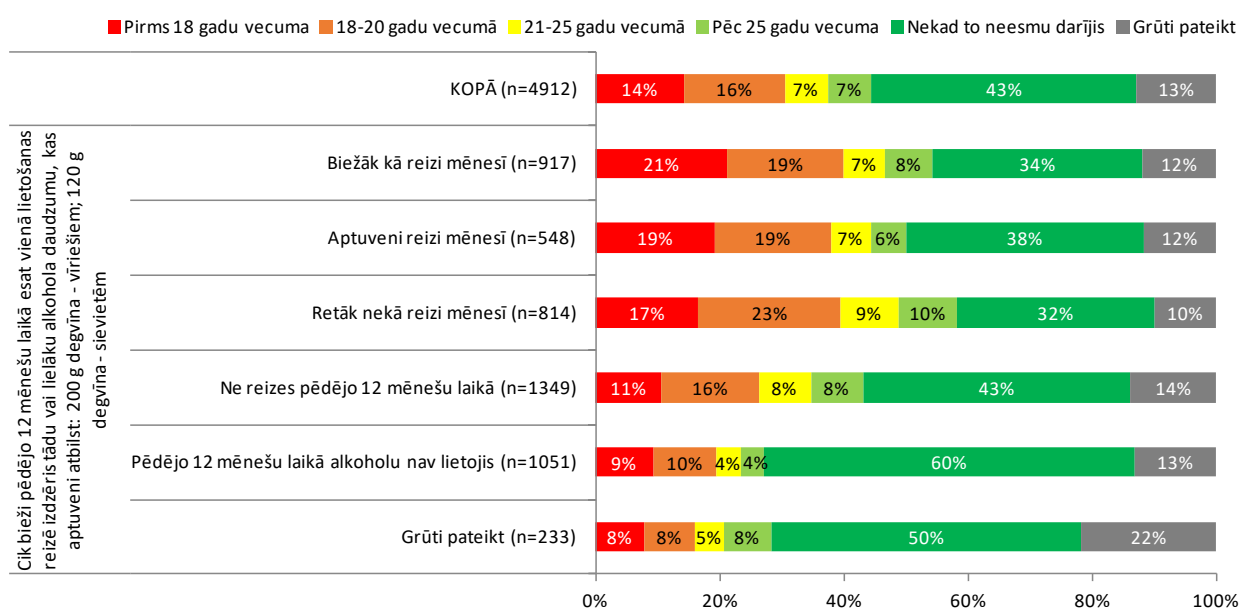


Izmantojot Spīrmena korelācijas koeficientu³², varam arī konstatēt, ka biežāka tabakas izstrādājumu lietošana korelē ar spēļu automātu spēlēšanu (koeficienta vērtība ir 0,312). Ar loteriju spēlētājiem sakarības ir ievērojami zemākas, koeficienta vērtības ir tuvas nullei.

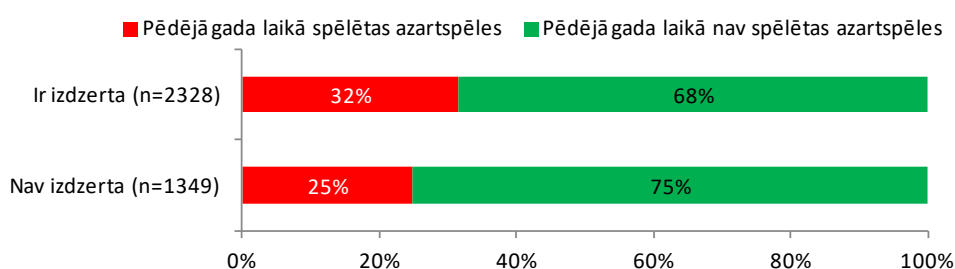
³² Spīrmena korelācijas koeficients paredzēts rangu skalā esošu mainīgo savstarpējās korelācijas mērīšanai. Koeficienta vērtības ir robežās no -1 līdz +1, kur 0 nozīmē korelācijas neesamību, bet -1 un +1 attiecīgi ideālu negatīvu vai pozitīvu korelāciju. Pozitīva korelācija (kā šajā gadījumā) liecina par to, ka abi mainīgie ir vienā virzienā vērsti, t.i., tie respondenti, kas norādījuši uz biežāku alkohola lietošanu, norādījuši arī, ka biežāk spēlē spēļu

Līdzīga sakarība vērojama ar **alkohola** lietošanu (skatīt 4.14.attēlu). To respondentu vidū, kas pēdējā gada laikā alkoholu nav lietojuši, 60% norāda, ka nekad nav spēlējuši par naudu azartspēles. Ja alkohols ir lietots, bet noteiktā alkohola deva (vīriešiem: 200 g degvīna, 1,5 litri gaišā alus vai alkoholiskā kokteiļa, gandrīz pudele vīna vai šampanieša; sievietēm: 120 g degvīna, 1 litrs gaišā alus vai alkoholiskā kokteiļa, 400ml vīna vai šampanieša) pēdējā gada laikā vienā lietošanas reizē nekad nav pārsniegta, azartspēles nekad par naudu nespēlējušo īpatsvars ir 43%. Savukārt to respondentu vidū, kas šo devu pēdējā gada laikā ir pārsnieguši, nekad par naudu nespēlējušo īpatsvars ir robežās no 32% līdz 38%. Tāpat viņiem raksturīgi, ka azartspēļu spēlēšana uzsākta agrīnākā vecumā.

4.14.attēls. Vecums, kādā pirmoreiz par naudu spēlētas azartspēles atkarībā no respondentu alkohola riskantas lietošanas paradumiem



4.15.attēls. Azartspēļu spēlēšana pēdējā gada laikā atkarībā no tā, vai šī gada laikā vismaz reizi izdzerta noteiktā alkohola deva³³



No tiem respondentiem, kas norādījuši, ka pēdējā gada laikā vismaz reizi izdzēruši augstāk minēto alkohola devu, 32% minēja, ka pēdējā gada laikā spēlējuši azartspēles, kamēr starp tiem, kas teica, ka

automātus. Koeficienta vērtība 0,312 nav vērtējama kā ļoti augsta, tomēr pietiekama, lai liecinātu par abu mainīgo saistību. Korelācijas koeficients nenorāda uz cēloņsakarībām, t.i., no korelācijas vien nav iespējams secināt, vai pirmais mainīgais ietekmē otro, otrais pirmo vai arī pastāv trešais mainīgais, kas ietekmē abus.

³³ Vīriešiem: 200 g degvīna, 1,5 litri gaišā alus vai alkoholiskā kokteiļa, gandrīz pudele vīna vai šampanieša; sievietēm: 120 g degvīna, 1 litrs gaišā alus vai alkoholiskā kokteiļa, 400ml vīna vai šampanieša.

pēdējā gada laikā minēto alkohola devu ne reizi nav izdzēruši, azartspēles šajā laikā, kā paši norādījuši, spēlējuši 25% (skatīt 4.15.attēlu).

Lielāku alkohola devu lietošanas biežums arī korelē ar spēļu automātu spēlēšanas biežumu (Spīrmena korelācijas koeficienta vērtība ir 0,319), kamēr skaitļu loteriju gadījumā koeficientu vērtības ir tuvas nullei. Līdzīgas sakarības (statistiski nozīmīgas korelācijas ar spēļu automātu spēlēšanas biežumu) ir arī ar RAPS testu (Cherpitel 2000), kas mēra alkohola lietošanas sekas – vainas sajūtu un nožēlu par alkohola lietošanu, uzvedības maiņu un atmiņas zudumu pēc alkohola lietošanas, kā arī alkohola lietošanas biežumu uzreiz pēc pamošanās.

Arī kvalitatīvie dati rāda līdzīgu ainu. Gan fokusgrupu diskusijā, gan individuālajās intervijās pētījuma dalībnieki pieminēja alkohola nozīmi azartspēļu atkarības veidošanās procesā. Tā piemēram, fokusgrupu diskusijas laikā kā viens no iemesliem, kādēļ apmeklēt spēļu zāli, tika pieminēta tieši alkohola pieejamība un iespēja to lietot bez morāla nosodījuma.

Es uz kazino gāju tikai tāpēc, ka tur var iet, kad citur aizvērts un var dabūt bezmaksas alkoholu. Es esu uz kazino ar domu, ka varēšu turpināt lietot alkoholu. Un tajā laikā spēlēju. (Fokusgrupu diskusija, vīrietis, 34 gadi)

(..) ar alkohola dzeršanu, smēķēšanu. Tā ir vieta, kur es varu tā neglīti atpūsties. Es tur varu darīt, ko es vēlos. Mani neviens neierobežo. (Fokusgrupu diskusija, vīrietis, 38 gadi)

Vienlaikus, intervija ar diviem nevalstiskās organizācijas darbiniekiem ar atkarību pieredzi labi ilustrē veidu, kādā alkohola un tabakas izstrādājumu patēriņš azartspēļu spēlēšanas vietās tiek skatīts kā "normāla" un "dabiska" parādība:

C: Nē, forši jau uzspēlēt un iedzert.

B: Nu jā, tad, kad spēlē, tad jau to gribas – gan smēķēt, gan dzert. Vai tā ir problēma? Cilvēkam, kas spēlē, viņš nedomā par tādām lietām.

C: Bet forši, kad visu naudu zaudē, tad ir forši iedzert un noņemt to morālo...

B: Nu jā, vieglāk nedomāt par to problēmu, kad tu dzer. Vai tas kaut ko mainīs, ja aizliegums alkohola vai cigaretes spēļu zālē? Es domāju, ka neko nemainīs. (intervija ar anonīmiem NVO pārstāvjiem)

Līdzīgi arī Latvijas Spēļu biznesa asociācijas pārstāvji intervijā minēja, ka alkohola lietošana visā pasaulē tiek saistīta ar spēļu zāļu un kazino kultūru, veidojot īpašu izklaides veidu. Paši spēlētāji atceras daļēju smēķēšanas aizlieguma ieviešanu, kas skāra arī spēļu zāles, un uzskata, ka aizliegums mazinājis spēlētāju skaitu. Pauzes smēķēšanai liek pārtraukt spēli, nereti iziet laukā un pamanīt, ka spēlēšanai patērēts neparedzēti ilgs laiks.

Tikmēr ekspertu intervijās atkarību izraisošo vielu lietošana spēļu vietās tiek minēta kā nozīmīgs veicinošs faktors azartspēļu atkarības gadījumā. Kā norāda vairāki eksperti, azartspēļu atkarīgie paši reti meklē palīdzību tieši spēlēšanas apturēšanai, bet pēc palīdzības vēršas citas, parasti alkohola, bet reizēm arī narkotiku atkarības gadījumā.

Šie cilvēki jau slēpj šo atkarību. Iet pie ģimenes ārsta un saka, ka man ir baiga azartspēļu atkarība, ko lai es daru? Ja klāt ir ķīmiskā atkarība, tad varbūt laicīgāk nonāk pie tā narkologa. Narkotikas

vai alkohola lietošana arīdzan, to diagnozi uzliek ambulatorais narkologs. Parasti jau tās visas atkarības iet kopā. Atkarīgs cilvēks būs atkarīgs no visa – tur iet alkohols, narkotikas. Varbūt kādam ir alkohols un azartspēles. (Dace Caica, biedrības “Esi brīvs” vadītāja)

To respondentu vidū, kuri atzinuši **narkotiku lietošanu** ikdienā, tādu, kas jebkad spēlējuši azartspēles par naudu, īpatsvars ir īpaši augsts – 77%, taču jāatzīmē, ka absolūtos skaitļos šo respondentu skaits ir niecīgs (12). Tomēr arī neregulāru narkotiku lietotāju vidū (480 respondenti, kas atzinuši, ka dažkārt lietojuši narkotikas) spēlētāju īpatsvars ir 59% – tas ir augstāks nekā, piemēram, starp ikdienas smēķētājiem un tiem, kas pēdējā gada laikā vienā lietošanas reizē ir izdzēruši alkohola devu, kas vīriešiem līdzinās 200 g, bet sievietēm – 120 g degvīna.

Ne vienmēr tieši citu vielu lietošana tiešā veidā pastiprina spēlēšanu. Kā norāda interviju un diskusiju dalībnieki, serviss, kafijas un ēdienu piedāvājums spēļu zālēs arī var kalpot kā papildus motivators spēlēšanas uzsākšanai vai turpināšanai. Spēļu zāles var tik izmantotas kā tikšanās vietas un kafejnīcas, kur spēlēšana ir papildus funkcija:

Es Fēniksā ieeju, jo tur kafija. Varu pasēdēt, paspēlēt, pagaidīt klientu vai ko. Pakavēt savu laiku. Un dzeru visu laiku kafiju. (..) Jā, serviss, visu man atnes, lūdzu to, to. Man ļoti patīk. (Fokusgrupu diskusija, sieviete, 40 gadi)

Šis parāda veidus, kā azartspēļu organizētāji situācijā, kur aizliegts azartspēles organizēt ēdināšanas iestādēs un publiskos pasākumos, radušos problēmu risina nodrošinot izklaides pasākumus, ēdienu un alkoholisko dzērienu pieejamību azartspēļu organizēšanas vietās. Azartspēļu likumā norādīts, ka, piemēram, spēļu zāle ir azartspēļu organizēšanas vieta, kas ēkas tehniskās inventarizācijas plānā atzīmēta kā konstruktīvi nodalīta atsevišķa telpa vai vairākas savstarpēji saistītas telpas³⁴. Azartspēļu organizētāji jēdzienu “konstruktīvi nodalīta” praksē interpretē radoši, kas nozīmē, ka “konstruktīvi nodalīta” ne vienmēr nozīmēs, ka telpa, kurā notiek azartspēles, nav redzama no telpas kurā tiek sniegti, piemēram, ēdināšanas pakalpojumi.

Kopumā **veselības stāvokļa** (fiziskās, garīgās, seksuālās un reproduktīvās veselības) pašvērtējumam ir vērojama salīdzinoši zema, bet statistiski nozīmīga korelācija ar spēļu automātu un loteriju spēlēšanas biežumu (Spīrmena korelācijas koeficientu vērtības svārstās robežās no 0,061 līdz 0,125 – vienīgais izņēmums ir spēļu automātu spēlēšanas biežums, kuram nav vērojama statistiski nozīmīga saistība ar sliktāku garīgās veselības pašvērtējumu).

4.1.4.4. Problemātiskas azartspēļu un loteriju spēlēšanas mērījumi

Vērtējot spēlēšanas izraisīto kaitējumu sabiedrībai, izmantotas 3 veidu starptautiskas skalas – problemātiskās spēlēšanas indekss (*Problem Gambling Severity Index*) (Wardle et al. 2010), depresijas (*Patient health questionnaire; PHQ-9*), kā arī ģeneralizētās trauksmes skala (*Generalized Anxiety Disorder (GAD-7)*). Te jānorāda, ka tiek analizēta problemātiskas spēlēšanas, depresijas un trauksmes līdzpastāvēšana, pieņemot, ka viena no šīm problēmām var paaugstināt risku citai, bet ar aptaujas palīdzību nav iespējams noteikt cēloņsakarību. Lorains et al. (2011) salīdzinošs pārskats par populāciju pētījumiem liecina, ka problemātisko azartspēļu spēlētājiem biežāk sastopamas arī citas veselības

³⁴ Azartspēļu un izložu likums <https://likumi.lv/doc.php?id=122941>

problēmas – vielu atkarības, garastāvokļa traucējumi un trauksme, taču vienlaikus autori brīdina par nepieciešamību datus interpretēt piesardzīgi daudzveidīgo ietekmējošo apstākļu dēļ.

Problemātiskas spēlēšanas izplatība (PGSI)

Attiecinot azartspēļu problemātiskas spēlēšanas indeksu (PGSI) uz problemātiskas spēlēšanas izplatību Latvijā katram spēlēšanas veidam, esam izmantojuši divus griezumus. Pirmkārt, indekss izmantots, lai noteiktu problemātiskas spēlēšanas skarto sabiedrības daļu. Taču šis rādītājs ir atkarīgs gan no katra spēles veida izplatības sabiedrībā, gan paša spēles veida ietekmes uz problēmu rašanos. Tāpēc mēs salīdzinājumam izmantojam arī otru rādītāju – problēmas izplatības katra konkrēta spēles veida aktīvo spēlētāju vidū, izmantojot to respondentu kopu, kas ir spēlējuši vismaz reizi mēnesī pēdējā gada laikā. Šādu respondentu loks ir pietiekami liels absolūtos skaitļos, lai dziļāk analizētu izplatītāko spēļu veidu ietekmi un vienlaikus ļauj aptvert to personu loku, kuriem spēlēšana un iespējamās problēmas ir aktuālas šobrīd.

Pats indekss veidots, ņemot vērā atbildes uz 9 jautājumiem:

1. Vai jūs likāt likmes vairāk, nekā reāli varat atļauties zaudēt?
2. Vai bija nepieciešams azartspēlēm tērēt arvien vairāk naudas, lai gūtu tādu pašu gandarījumu kā iepriekš?
3. Vai pēc spēlēšanas kādā no nākamajām dienām atgriezāties, lai laimētu atpakaļ iepriekšējā reizē zaudēto naudu?
4. Vai esat aizņēmiem naudu vai kaut ko pārdevis, iekļājies, lai iegūtu naudu spēlēšanai?
5. Vai jums ir bijusi sajūta, ka jums varētu būt problēmas ar spēlēšanu?
6. Vai spēlēšana jums ir izraisījusi kādas veselības problēmas, ieskaitot stresu un trauksmi?
7. Vai cilvēki ir kritizējuši jūsu aizraušanos ar spēlēm vai teikuši jums, ka jums ir problēmas ar azartspēlēm, neatkarīgi no tā, vai jūs domājat, ka viņiem ir taisnība vai nav?
8. Vai azartspēļu spēlēšana jums vai jūsu mājsaimniecībai ir radījusi finansiālas problēmas?
9. Vai esat juties vainīgs par to, kā jūs spēlējat, vai par to, kas notiek, kad jūs spēlējat?

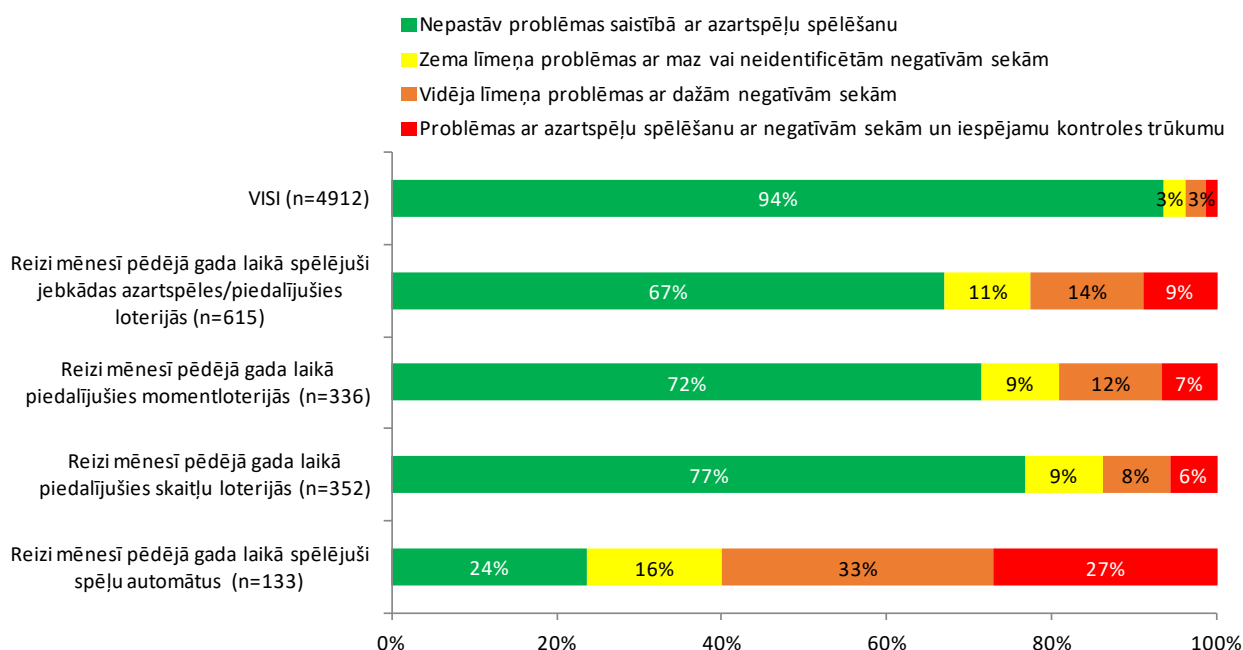
Jautājumi tika uzdoti tiem respondentiem, kas bija spēlējuši vismaz reizi pēdējā gada laikā. Attiecībā uz pārējiem tālākajā analīzē automātiski tiek pieņemts, ka problēmu saistībā ar azartspēļu spēlēšanu intervijas brīdī nav, respektīvi 4.15.attēlā, izmantojot bāzi "Visi", viņi iekļauti kategorijā "Nepastāv problēmas saistībā ar azartspēļu spēlēšanu". Problēmas ar azartspēļu spēlēšanu ar negatīvām sekām un iespējamu kontroles trūkumu kopumā skar 1,3% respondentu, vidēja līmeņa problēmas ar dažām negatīvām sekām – 2,5%, bet zema līmeņa problēmas ar maz vai neidentificētām negatīvām sekām – 2,6% (skatīt 4.16.attēlu).

Raugoties uz visu respondentu kopumu, jebkāda līmeņa problēmas, kas var būt saistītas ar **spēļu automātu spēlēšanu spēļu zālēs**, skar 2,1% no kopējā respondentu skaita. Formulējumu "var būt saistītas" šajā gadījumā izmantojam tāpēc, ka divas trešdaļas no šiem respondentiem norādījuši vismaz vēl vienu citu azartspēļu veidu, kuru arī pēdējā gada laikā spēlējuši vismaz reizi mēnesī – respektīvi, problēmas tāpat var būt saistītas arī ar citiem spēļu veidiem, kā arī ar vairāku spēļu veidu kombināciju.

Starp tiem, kas norādījuši, ka pēdējā gada laikā vismaz reizi mēnesī spēlējuši spēļu automātus klātienē, augstāka vai zemāka līmeņa problēmas ar azartspēļu spēlēšanu biežāk konstatējamās rīdziniekiem, Zemgales iedzīvotājiem, personām ar pamatizglītību vai zemāku izglītības līmeni, 35-54 gadus veciem cilvēkiem, kā arī nelatviešiem (interpretējot šos rezultātus, jāņem vērā nelielā bāze – tikai 133

respondenti norādījuši, ka viņi klātienē spēlē automātus vismaz reizi mēnesī pēdējā gada laikā, turklāt absolūtajam vairumam no viņiem – 76% – ir tā vai cita līmeņa problēmas ar azartspēļu spēlēšanu).

4.16.attēls. Problemātiskās spēlēšanas indekss



Spēļu automātu ietekme ir īpaša augsta, par ko liecina 4.16.attēlā veiktais salīdzinājums. Ja salīdzinām tos, kas vismaz reizi mēnesī spēlējuši spēļu automātus, ar tiem, kas reizi mēnesī spēlējuši jebkādas azartspēles (šī ir referentā grupa konkrētā indeksa gadījumā, jo ļauj izvērtēt dažādu spēļu veidu ietekmes pakāpi), redzam visai atšķirīgu ainu – dažādas pakāpes spēlēšanas problēmas ir trešdaļai respondentu, kas reizi mēnesī spēlējuši kādu no azartspēlēm, bet trim ceturtdaļām to, kas spēlējuši tieši spēļu automātus (turklāt spēļu automātu spēlētāji ir visu spēlētāju grupu sastāvā – respektīvi, bez viņu atbildēm pārējo spēļu veidiem problemātisko spēlētāju īpatsvars būtu zemāks par trešdaļu).

Turklāt 60% aktīvo spēļu automātu spēlētāju problēmas saskaņā ar indeksa vērtībām uzskatāmas nevis par zema līmeņa, bet gan par vidēja vai augsta līmeņa problēmām.

No tā respondentu kopuma, kas minējuši, ka aptuveni reizi mēnesī spēlē **momentloterijas**, kopumā kā problemātiski spēlētāji raksturojami 28,5%, kas ir 1,9% no visiem aptaujātajiem respondentiem. Salīdzinot šos rezultātus ar visu azartspēļu spēlētāju sniegtajiem (skatīt 4.16.attēlu), varam konstatēt, ka momentloteriju spēlētājiem kļūst par problemātiskiem spēlētājiem iespējas ir nedaudz zemākas nekā visiem spēlētājiem vidēji. Tomēr visi indeksā ietvertie problemātiskās spēlēšanas līmeņi ir tikai proporcionāli nedaudz retāk pārstāvēti, tādējādi nevarētu sacīt, ka momentloteriju spēlētāji nevar būt pārstāvēti starp tiem, kam raksturīgas augsta līmeņa problēmas ar spēlēšanu.

Starp tiem, kas norādījuši, ka pēdējā gada laikā vismaz reizi mēnesī spēlējuši momentloterijas, augstāka vai zemāka līmeņa problēmas ar azartspēļu spēlēšanu biežāk konstatējamas nelatviešiem, Latgales, Pierīgas un Rīgas iedzīvotājiem, personām ar pamatizglītību vai zemāku izglītības līmeni, vīriešiem un 35-44 gadus veciem cilvēkiem.

Skaitļu loteriju gadījumā situācija kopumā ir visai līdzīga kā momentloteriju gadījumā, vienīgi problēmas ir vēl retāk izplatītas – kā problemātiski spēlētāji raksturojami 21,3% skaitļu loteriju

dalībnieki, kas ir 1,6% no kopējā respondentu skaita. Tomēr arī starp tiem ir pārstāvēti visi problemātiskas spēlēšanas līmeņi (skatīt 4.16.attēlu).

Pārējo spēļu veidu izraisīto problēmu biežums ir komplicētāk izmērāms, jo respondentu skaits (un tādējādi arī šo spēļu dalībnieku skaits) ir mazāks – rezultāti var ietvert būtiskas nobīdes. Līdz ar to šeit tos padziļināti neanalizēsim, vienīgi minēsim, ka kopumā to respondentu problemātiskās spēlēšanas novērtējums indeksa kontekstā, kuri reizi mēnesī spēlējuši jebkuru citu spēļu veidu, ir līdzīgs spēļu automātu spēlētāju novērtējumam – pat nedaudz sliktāks, jo tādu, kam nav problēmu, ir vien 20%.

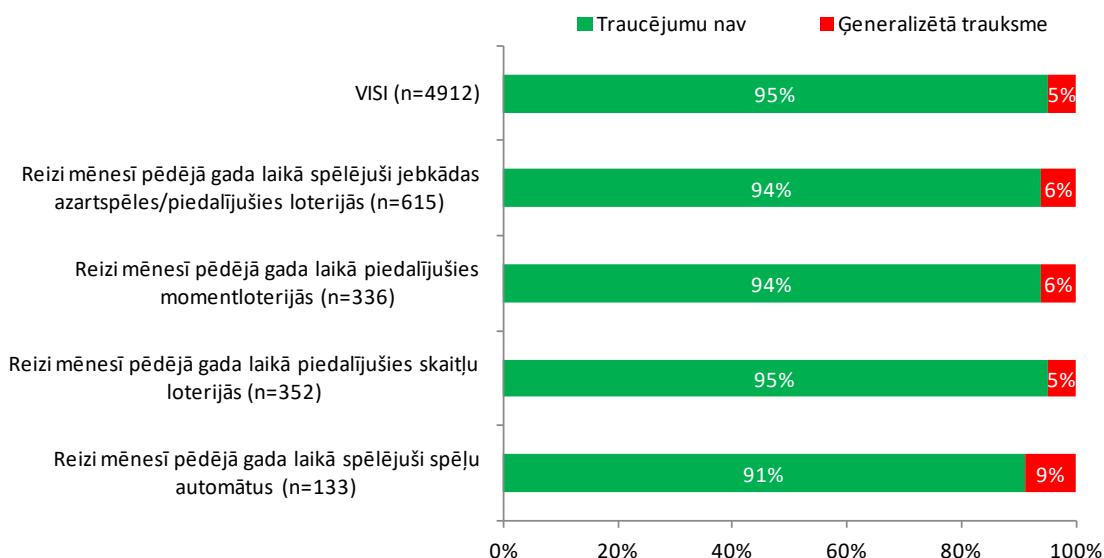
Ģeneralizētais trauksmes līmenis

Šis rādītājs (*Generalized Anxiety Disorder; GAD-7*) nav specifiski izstrādāts azartspēļu spēlētājiem. Tas tiek veidots, vaicājot par situāciju pēdējo 2 nedēļu laikā, un ietver 7 apgalvojumus:

1. Jūtāt nervozitāti, raizes vai sasprindzinājumu;
2. Nespējāt nomierināties vai kontrolēt satraukumu;
3. Pārmērīgi satraucāties par dažādām lietām;
4. Bija grūtības atslābināties;
5. Bijāt tik nemierīgs, ka nespējāt nosēdēt uz vietas;
6. Viegli kļūvat aizkaitināms;
7. Jūtāt bailes, ka varētu notikt kaut kas šausmīgs.

Tests tika piemērots visiem respondentiem, un rezultāti atspoguļoti 4.17.attēlā.

4.17.attēls. Ģeneralizētais trauksmes līmenis



Redzam, ka kopumā ģeneralizētā trauksme attiecināma uz aptuveni 5% iedzīvotāju. Tad, ja skatām to momentloteriju un skaitļu loteriju spēlētāju kontekstā, nevaram konstatēt nekādas nozīmīgas nobīdes no vidējā. Taču spēļu automātu spēlētāju gadījumā, to personu skaits, kam šī trauksme raksturīga, ir 9%, kas jau ir ievērojami augstāks procents nekā vidēji.

Citu azartspēļu spēlētājus atsevišķi šeit iekļaut nebūtu mērķtiecīgi nelielā skaita dēļ, taču, ja aplūkojam situāciju kopumā tiem 106 respondentiem, kas atzīmējuši, ka pēdējā gada laikā vismaz reizi mēnesī spēlējuši kādu no citiem azartspēļu veidiem, ģeneralizētais trauksmes līmenis ir pat 13%.

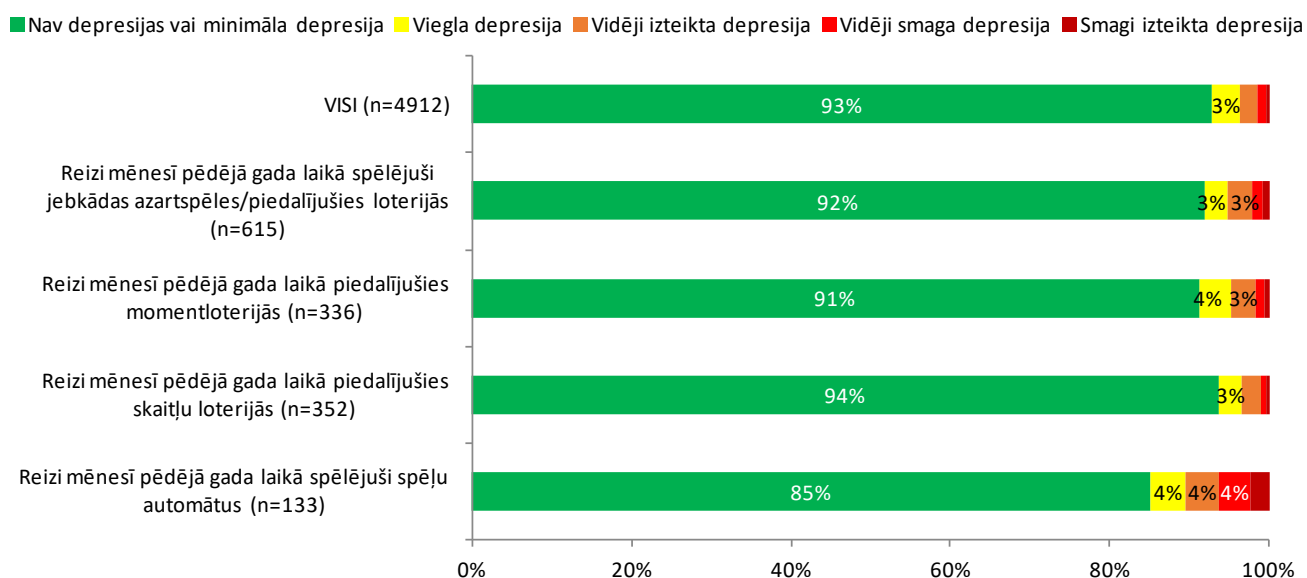
Ar depresiju saistīti traucējumi

Visbeidzot, respondentu anketām piemērojām Pacienta veselības anketas skalu (*Patient health questionnaire; PHQ-9*). Skala veidojas no atbildēm par šādu problēmu konstatāciju pēdējo 2 mēnešu laikā:

1. Interesu un dzīvesprieka trūkums;
2. Slikts/nomākts garastāvoklis, nospiestība vai bezcerības sajūta;
3. Grūtības iemigt, caurs/trausls miegs vai pārāk ilga gulēšana;
4. Nogurums vai enerģijas trūkums;
5. Pazemināta ēstgriba vai pārēšanās;
6. Neapmierinātība ar sevi – sajūta, ka esi neveiksminieks vai arī ka esi pievīlis savas vai ģimenes cerības;
7. Grūtības koncentrēties, piemēram, lasīt avīzi vai skatīties TV;
8. Kustības un runa bija tik lēna, ka citi cilvēki to varēja pamanīt. Vai pretēji – bijāt tik satraukts un rosīgs, ka kustību aktivitāte kļuva lielāka nekā parasti;
9. Domas, ka labāk būtu nomirt vai kaut kā ievainot sevi.

Tā kā arī šis instruments nav specifiski paredzēts azartspēļu spēlētājiem, tad jautājumi tāpat tika uzdoti visiem respondentiem, rezultātā (skatīt 4.18.attēlu) varam konstatēt, ka 93% aptaujāto saskaņā ar šo metodiku depresijas nav vai tā ir minimāla, bet pārējiem 7% tā dažādos līmeņos konstatēta (3,3% viegla, 2,4% vidēji izteikta, 1,0% vidēji smaga, bet 0,4% smagi izteikta).

4.18.attēls. Depresijas līmenis



Ja loteriju spēlētāju gadījumā nekādas būtiskas atšķirības no kopējiem rezultātiem nevaram konstatēt (momentloteriju spēlētājiem depresijas līmenis pat uzrādās nedaudz zemāks), tad spēļu automātu regulāro spēlētāju vidū personu ar depresiju ir jau vairāk nekā vidēji – kopumā ap 15%). Pārējo azartspēļu spēlētāju depresijas līmenis kopumā arī ir ļoti līdzīgs tam, kāds tas konstatēts spēļu automātu spēlētājiem.

Skatot sīkākos demogrāfiskos griezumus, konstatējam, ka starp tiem, kas pēdējā gada laikā vismaz reizi mēnesī spēlējuši:

- spēļu automātus klātienē, depresija (viegla vai smagāka) biežāk nekā citās grupās konstatēta sievietēm un personām ar pamatizglītību vai zemāku izglītības līmeni (tiesa, abas grupas starp šādiem spēlētājiem ir reti pārstāvētas – šie dati balstās 15 sieviešu un 31 personas ar pamatizglītību vai zemāku izglītības līmeni sniegtajās atbildēs);
- momentloterijas klātienē, depresija (viegla vai smagāka) biežāk nekā citās grupās konstatēta Zemgales iedzīvotājiem, personām ar pamatizglītību vai zemāku izglītības līmeni, kā arī 35-44 gadus veciem respondentiem;
- skaitļu loterijas klātienē, depresija (viegla vai smagāka) biežāk nekā citās grupās konstatēta Rīgas un Zemgales iedzīvotājiem, personām ar pamatizglītību vai zemāku izglītības līmeni, kā arī 35-44 gadus veciem respondentiem.

Jāpiezīmē, ka spēlēšanas saikne ar garīgās veselības problēmām var būt vērsta abos virzienos, ar spēlēšanu gan risinot problēmas, gan tās radot. Viens no azartspēļu spēlētājiem, kā arī vairāki interneta un videospēļu pārmērīgi lietotāji intervijās un diskusijās norāda, ka slēdža mehānisms spēlēšanai vai pārmērīgai lietošanai bijuši emocionāla un psiholoģiska rakstura sarežģījumi, kuri noveduši pie pastiprinātas vēlmes spēlēt. Vienlaikus, jānorāda, ka tas var būt saistīts arī ar priekšstatu, ka azartspēles var kalpot par rīku, ar kura palīdzību risināt samilzušas ekonomiskas problēmas vai pat hronisku līdzekļu trūkumu.

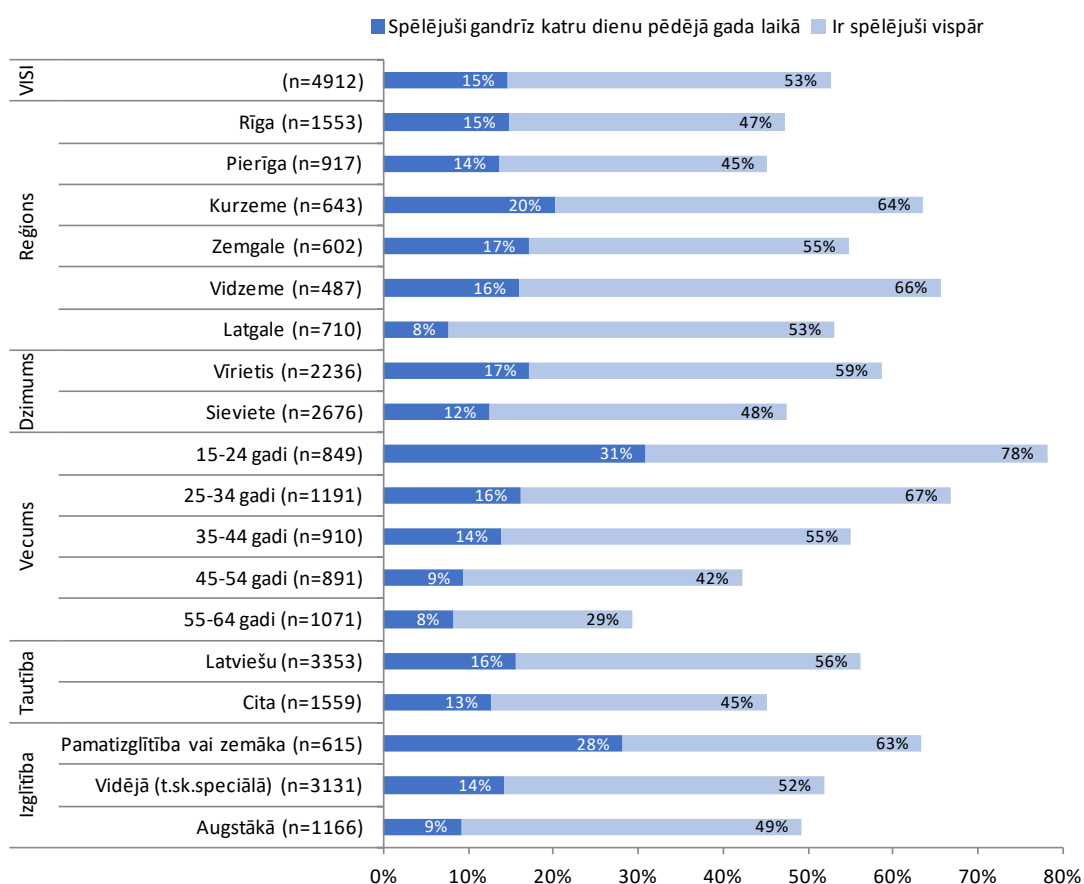
4.2. VIDEOSPĒĻU SPĒLĒŠANA

Videospēles ir spēles elektroniskā vidē, kas spēlējamās dažādās ierīcēs – telefonā, datorā vai īpašās spēļu konsolēs. Daļēji šī tēma pārklājas ar iepriekšējo sadaļu par interneta lietošanu, jo nereti videospēļu spēlēšana arī noris tiešsaistē. Tomēr šajā apakšnodaļā fokuss ir tieši spēļu spēlēšana gan ar interneta starpniecību, gan ar īpašas programmatūras palīdzību, raugoties uz spēlēšanas paradumiem, biežumu un izmantoto ierīču veidiem.

4.2.1. Spēlēšanas paradumi

To respondentu īpatsvars, kuri kādreiz spēlējuši spēles datorā, tālrunī vai spēļu konsolēs (individuāli vai tiešsaistē), ir 53%, bet 47% norāda, ka nav spēlējuši vispār. Spēlējušo īpatsvars (skatīt 4.19.attēlu) ir zemāks Rīgā un Pierīgā (47% un 45%), bet virs vidējā – Vidzemē (66%) un Kurzemē (64%). Spēles biežāk spēlējuši vīrieši (59%, salīdzinot ar sievietēm, no kurām spēlējušas ir 48%). Videospēles tiek biežāk spēlētas ar katru jaunāko vecuma grupu. Ja 78% respondentu 15-24 gadu vecumā norāda, ka ir spēlējuši spēles, tad 55-64 gadu grupā – 29%. Vecums ietekmē arī spēlētāju īpatsvaru, ja raugāties spēlētāja izglītības griezumā – elektroniskās spēles ir spēlējuši 63% respondentu ar pamata vai zemāku izglītības līmeni, bet ar augstāko – 49%. Biežāk spēlējuši latvieši (56% salīdzinot ar citu tautību pārstāvjiem, kuri spēlējuši 45% gadījumu).

4.19.attēls. Videospēļu spēlēšanas izplatība



Aktīvo spēlētāju pēdējo 12 mēnešu laikā (spēlē gandrīz katru dienu un biežāk) ir 15% no visiem respondentiem (skatīt 4.19.attēlu). Visatturīgākie spēlētāji ir Latgalē, kur aktīvi spēlē vien 8% respondentu, bet aktīvākie – Kurzemē (20% respondentu). Jo jaunāks respondents, jo biežāk tas ir aktīvs spēlētājs – tādu ir 31% 15-24 gadu vecuma grupā, bet tikai 8% 55-64 gadu vecuma grupā. Vīrieši ir aktīvāki spēlētāji par sievietēm (aktīvi spēlē 17% vīriešu un 12% sievietes), taču spēļu prioritātes ir līdzīgas. 28% aktīvo spēlētāju ir starp tiem, kam pamata vai zemāka līmeņa izglītība, bet vien 9% – augstskolas beigušo vidū.

Latvijas spēlētāji visbiežāk spēlē individuāli, taču spēlēm tiešsaistē ar citiem spēlētājiem tiek veltīts garāks spēles laiks. Populārākais spēļu veids ir individuāla spēlēšana datorā (to darījuši 45% no visiem) un telefonā (39%). Vēl 22% respondentu spēles ir spēlējuši datorā tiešsaistē ar citiem, bet 14% - tālrunī tiešsaistē ar citiem. Spēļu konsoles individuālai spēlēšanai arī izmantojuši 14%, bet tiešsaistē – 9%.

4.2.2. Spēlēšanas veidi

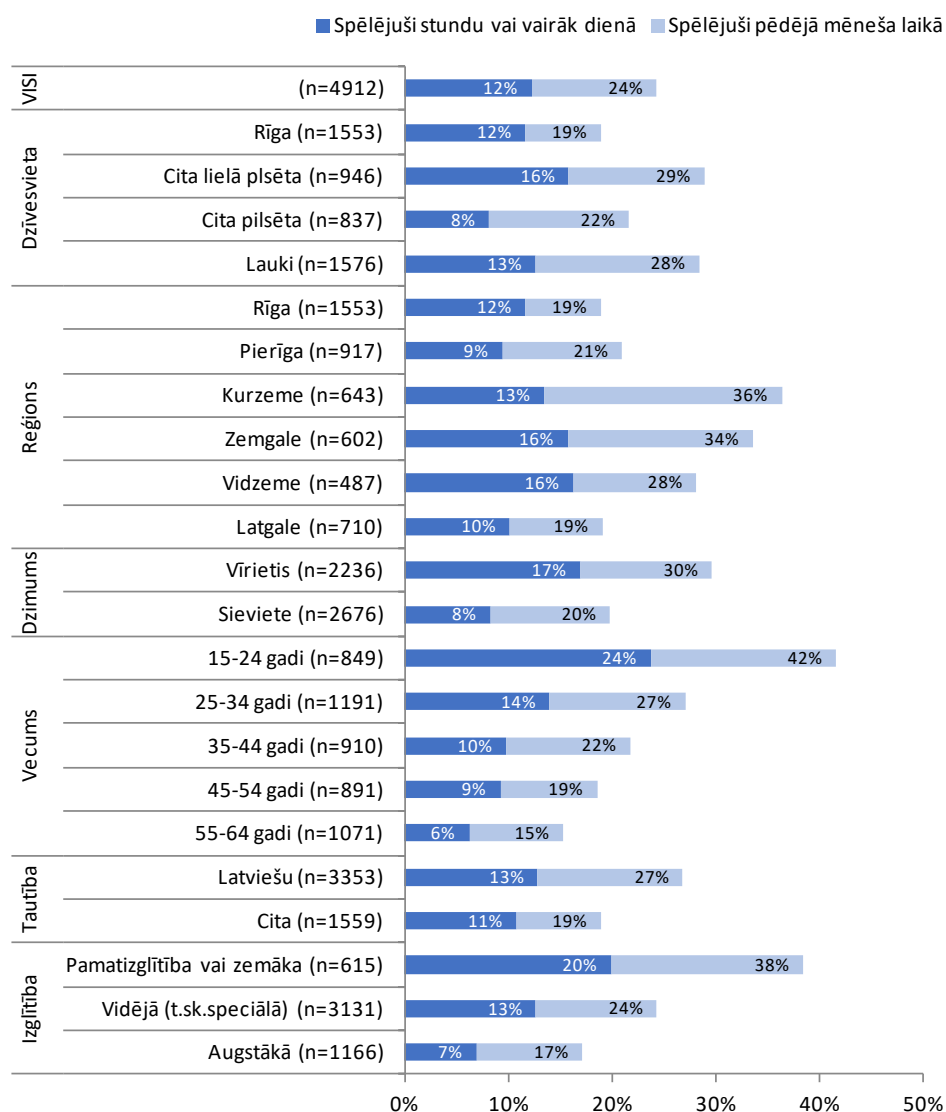
Spēlēšanas veidus sīkāk analizēsim, sadalot divas grupas – tajos, kas vispār norāda, ka spēlējuši pēdējā mēneša laikā, un aktīvajos spēlētājos, kas saka, ka šajā periodā spēlējuši stundu vai vairāk dienā.

4.2.2.1. Individuāla spēlēšana datorā

Individuāla spēlēšana datorā ir izplatītākais videospēļu spēlēšanas veids – pēdējā mēneša laikā (skatīt 4.20.attēlu) to darījuši 24%, bet no tiem 12% – stundu vai vairāk katru dienu. Mazāk pēdējā mēneša laikā spēlējušo ir Rīgā (19%) un mazajās pilsētās (22%), bet vairāk – laukos (28%) un lielajās pilsētās (29%). Biežo spēlētāju gadījumā situācija nedaudz atšķiras – visvairāk tādu ir citās lielajās pilsētās (16%), vismazāk nelielajās pilsētās (8%), bet laukos un Rīgā – aptuveni tādā proporcijā kā vidēji (attiecīgi 13% un 12%).

Atšķirības pēc vecuma, dzimuma, tautības, izglītības nav tik iekšēji pretrunīgas – tās grupas, kurās ir vairāk personu, kas spēlējušas pēdējā mēneša laikā, ir vairāk pārstāvētas arī starp biežākajiem spēlētājiem (tādu, kas spēlē stundu vai vairāk dienā). Tā pēdējā mēneša laikā spēlējuši 30% vīriešu, bet vismaz stundu dienā spēlējuši – 17%. Latvieši attiecīgi ir 27% un 13%, personas ar pamatizglītību vai zemāku – 38% un 20%, bet 15-24 gadus vecie respondenti – 42% un 24%. Vērtējot reģionāli, spēlējušo vairāk ir starp Kurzemes, Vidzemes un Zemgales respondentiem, šie paši reģioni izceļas arī starp tiem, kur vairāk biežo spēlētāju, tomēr, ja Kurzemē biežo spēlētāju starp tiem, kas spēlējuši pēdējā mēneša laikā, ir vien nedaudz vairāk par trešdaļu, tad starp vidzemniekiem – vairāk par pusi.

4.20.attēls. Datorspēļu individuālās spēlēšanas izplatība



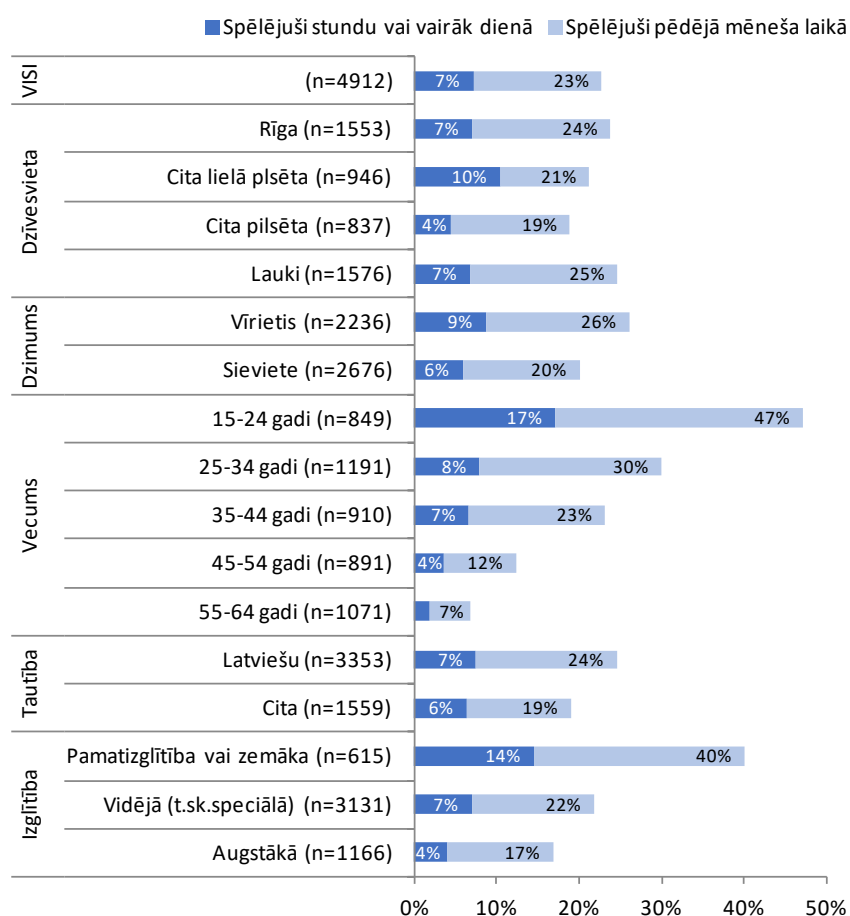
4.2.2.2. Individuāla spēlēšana telefonā

Individuāli telefonā pēdējā mēneša laikā spēlējuši gandrīz tik pat, cik datorā - 23%, taču ievērojami retāk tas darīts stundu vai ilgāk dienas laikā – tikai 7% gadījumu (skatīt 4.21.attēlu). Tas, iespējams, tāpēc, ka spēles telefonā bieži ir veidotas, balstoties pieņēmumā, ka spēlētājam nav vairāk par stundu, ko atvēlēt spēlēšanai, tādējādi spēļu veidotāji neveicina ilgstošu nepārtrauktu spēlēšanu.

Pēdējā mēneša laikā ievērojami biežāk nekā citi telefonā spēles ir spēlējuši jaunieši un personas ar pamatizglītību vai zemāku izglītības līmeni – abas šīs grupas ievērojami pārklājas, jo starp jauniešiem ir daudz tādu, kas augstāku izglītības līmeni vēl nav paspējuši sasniegt. Tāpat biežāk spēlējuši vīrieši un latvieši. Visas minētās grupas ir līderos gan pēc īpatsvara, cik no tām vispār spēlējuši pēdējā mēneša laikā, gan pēc to spēlētāju īpatsvara, kas spēlējot pavada vairāk laika.

Dzīvesvietu griezumā situācija nav tik viennozīmīga – vairāk tādu, kas spēlējuši vismaz reizi pēdējā mēnesī, ir starp rīdniekiem un lauciniekiem (attiecīgi 24% un 25%), bet tādu, kas spēlējuši vairāk par stundu dienā – starp citu lielo pilsētu iedzīvotājiem – 10%, kas ir turpat puse no visiem, kas šajās pilsētās apgalvo, ka pēdējā mēneša laikā spēlējuši (šāda proporcija vairāk raksturīga spēlēm datorā).

4.21.attēls. Spēļu individuālās spēlēšanas izplatība telefonā

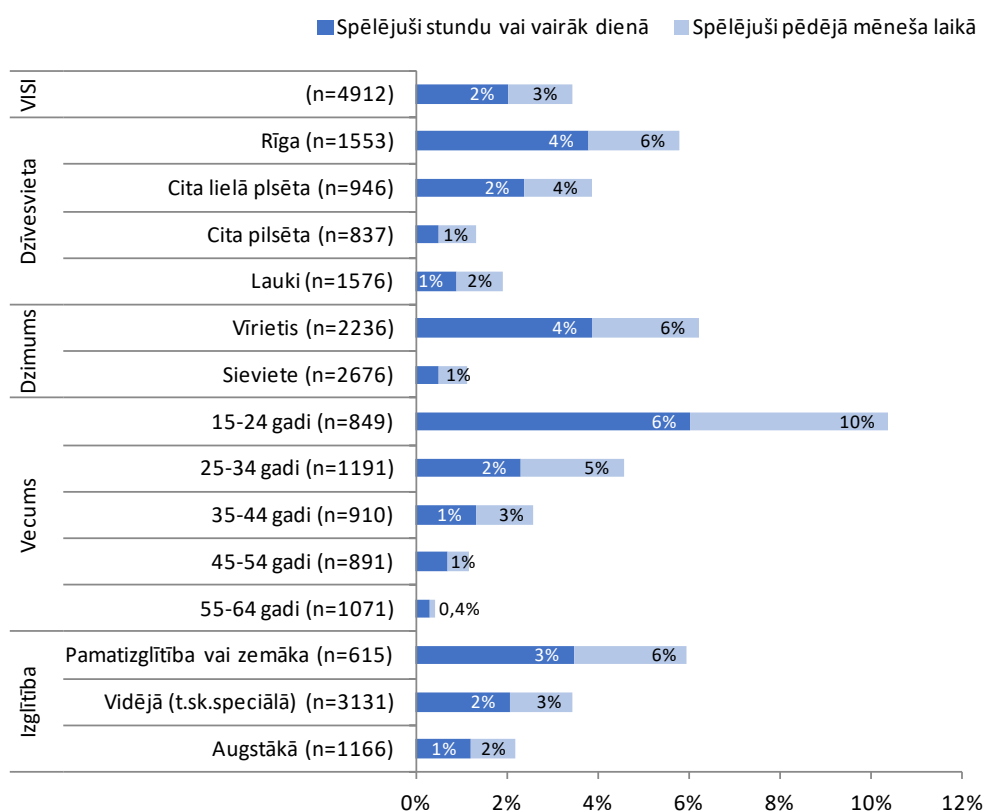


4.2.2.3. Individuāla spēlēšana spēļu konsolēs

Spēlēšana konsolēs ir ievērojami retāka, salīdzinot ar spēlēšanu ierīcēs, kurām ir arī citas – ne tikai izklaides – funkcijas. Pēdējā mēneša laikā konsolē spēlējuši ap 3% respondentu, bet divas trešdaļas no tiem (2%) saka, ka spēlējuši dienā stundu vai ilgāk (skatīt 4.22.attēlu). Tādējādi regulāro spēlētāju īpatsvars starp tiem, kas vispār mēnesī spēlējuši, ir augstāks nekā datoru vai tālrunu gadījumā.

Arī šeit visvairāk tādu, kas pēdējā mēneša laikā spēlējuši ar konsoļu palīdzību, ir starp 15-24 gadus veciem jauniešiem (10%), personām ar pamatizglītību vai zemāku (6%), vīriešiem (arī 6%). Atšķiras dzīvesvietu griezumā – šeit izceļas rīdzinieki, kas arī spēlējuši 6% gadījumu, kamēr mazpilsētās un laukos konsoles tiek izmantotas tikai 1-2% gadījumu. Arī tie, kas spēlējuši vismaz stundu ik dienu, parasti ir 15-24 gadus veci (6%), vīrieši (4%), rīdzinieki (4%), ar pamata izglītību vai zemāku (3%).

4.22.attēls. Spēļu individuālās spēlēšanas izplatība konsolēs



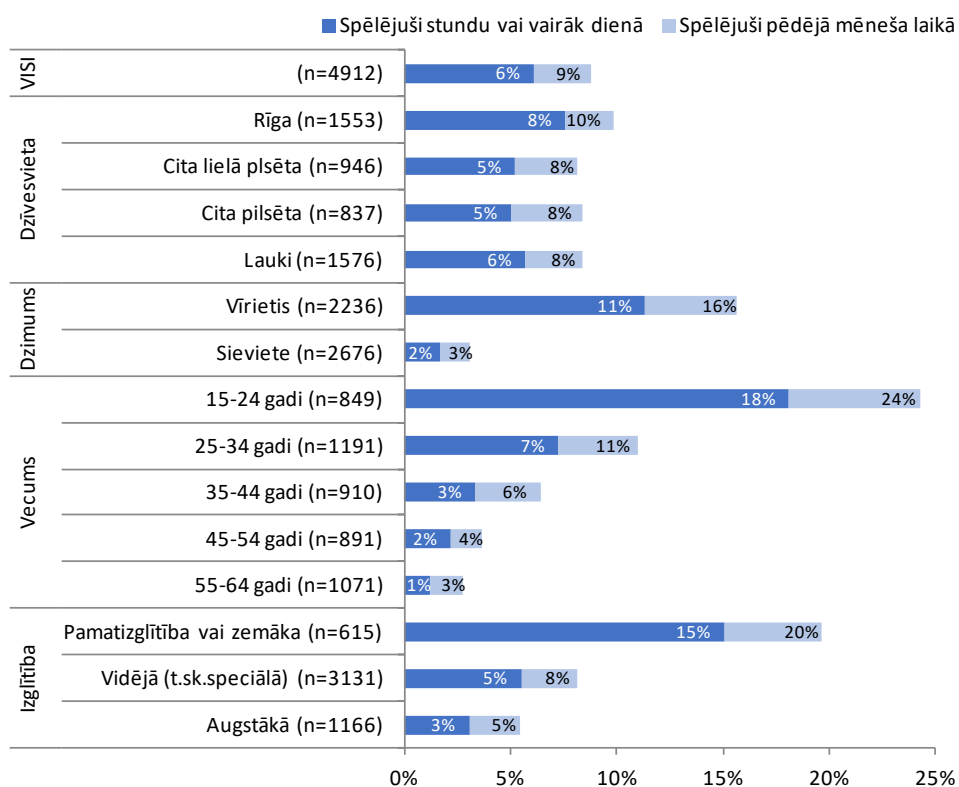
4.2.2.4. Spēlēšana tiešsaistē ar citiem spēlētājiem

Spēlēšana datorā tiešsaistē ar citiem spēlētājiem ir retāk izmantots spēles veids. Datorā to pēdējā mēneša laikā praktizējuši 9%, turklāt 6% - vismaz stundu dienā (skatīt 4.23.attēlu). **Telefonā** tie bijuši attiecīgi 5% un 2% (skatīt 4.24.attēlu), bet **spēļu konsolēs** vēl mazāk – attiecīgi 2,4% un 1,8% (skatīt 4.25.attēlu). Salīdzinot ar spēlēšanu individuāli, šis spēlēšanas veids vēl izteiktāk raksturīgs jauniešiem līdz 24 gadu vecumam.

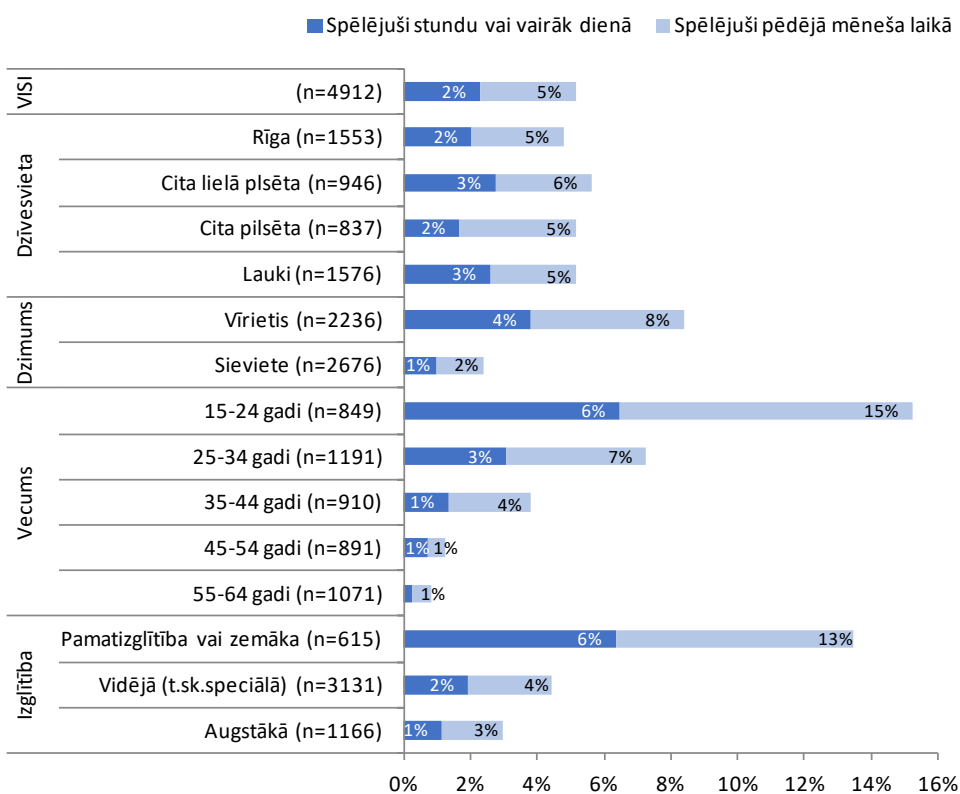
Spēlēšanu tiešsaistē ar citiem datorā (skatīt 4.23.attēlu) ievērojami biežāk nekā citi praktizē 15-24 gadus veci cilvēki (pēdējā mēnesī spēlējuši 24%, turklāt 18% – stundu vai vairāk dienā), ar šo ievērojami pārklājošās grupa – personas ar pamata vai zemāku izglītību (pēdējā mēnesī spēlējuši 20%, bet 15% – stundu vai vairāk dienā), kā arī vīrieši (pēdējā mēnesī 16%, bet stundu vai vairāk dienā – 11%). Sievietēm šāda datorspēļu spēlēšana ir izteikti neraksturīga. Kopumā novērojama negatīva korelācija starp spēlēšanas faktu un spēlēšanai patērēto laiku no vienas puses un vecumu, kā arī izglītības līmeni no otras. Nedaudz izteiktāk spēlēt datorspēles tiešsaistē ar citiem raksturīgs rīdniekiem.

Spēlēšanu tiešsaistē ar citiem spēlētājiem telefonā (skatīt 4.24.attēlu) tāpat ievērojami biežāk par citiem praktizē jaunieši no 15 līdz 24 gadu vecumam (15% spēlējuši pēdējā mēneša laikā, bet 6% - vismaz stundu katru dienu), kā arī personas ar pamatizglītību vai zemāku (13% spēlējuši pēdējā mēneša laikā, bet 6% - vismaz stundu katru dienu). Vīrieši arī telefonā tiešsaistes spēlēs spēlēt ievērojami biežāk nekā sievietes, tomēr atšķirības nav tik izteiktas kā datorspēļu gadījumā. Gandrīz nav vērojamas reģionālās atšķirības. Ir konstatējams, ka lielāks īpatsvars no tiem, kas pēdējā mēneša laikā spēlējuši, to darījuši vismaz stundu katru dienu, ja salīdzina ar šo pašu proporciju spēlēm telefonā individuāli – acīmredzot komunikācija ar citiem spēlētājiem ir tas faktors, kas spēlēšanu telefonā padara ilgstošāku.

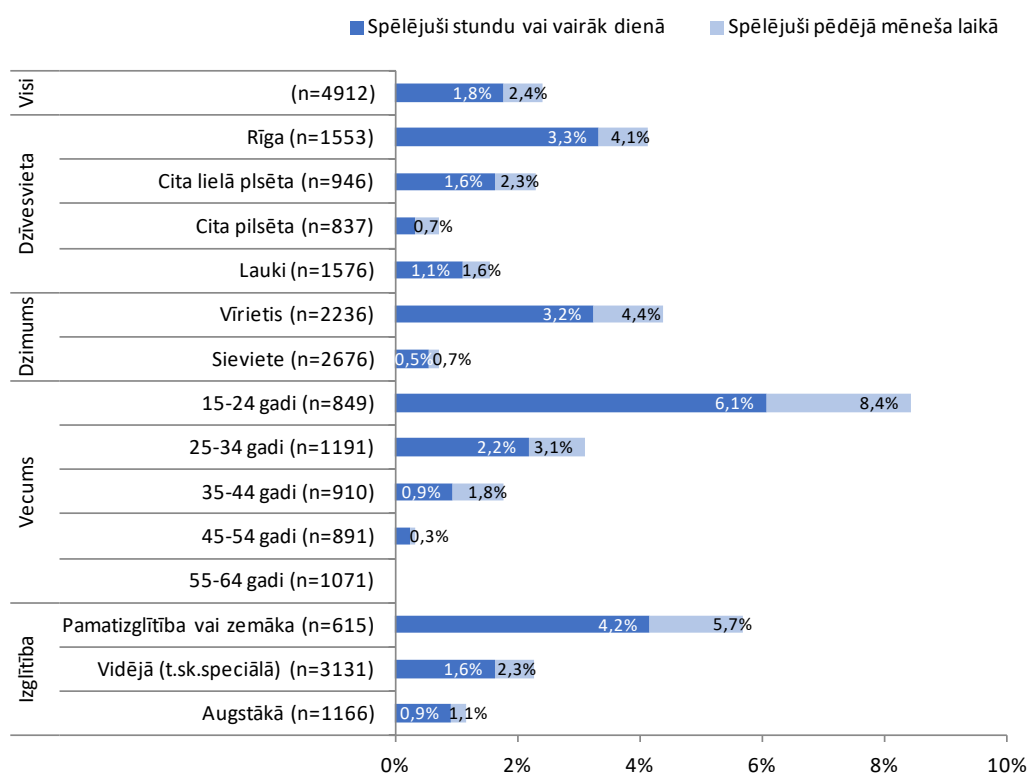
4.23.attēls. Datorspēļu spēlēšanas izplatība tiešsaistē ar citiem spēlētājiem



4.24.attēls. Spēļu spēlēšanas izplatība telefonā tiešsaistē ar citiem spēlētājiem



4.25.attēls. Spēļu spēlēšanas izplatība konsolēs tiešsaistē ar citiem spēlētājiem



Spēlēšanu tiešsaistē ar citiem spēļu konsolēs (skatīt 4.25.attēlu) ir tik reta, ka problemātiski veikt precīzus mērījumus (piemēram, vecumgrupā 55-64 gadi netika konstatēts neviens spēlēšanas gadījums). Tomēr varam konstatēt, ka spēlētāju vidū dominē tās pašas grupas, kas iepriekš – jaunieši, personas ar pamatzglītību vai zemāku, vīrieši. Līdzīgi kā spēļu gadījumā konsolēs individuāli šeit arī biežāk par citiem spēlēja rīdnieki.

4.2.3. Izpratne par video spēļu izraisīto kaitējumu

Pētījuma dalībnieku skatījumā spēlēšanas nodarītais kaitējums ir galvenokārt noticis individuālā līmenī. Problemātiski spēlēšanas paradumi tiek skatīti kā indivīda personīga problēma, kas saistīta vai nu ar viņa pašā tālākajām izredzēm darba tirgū/izglītību, vai garīgo un fizisko veselību. Ņemot vērā, ka spēlēšana saistīta ar indivīda pašizolēšanos, šis paradums netiek skatīti kā kaitīgs sabiedrībai vai valstij kopumā:

Kāpēc mēs arī uzskatām to, ka, ja kāds spēlē tikai videospēles visu dzīvi, bet arī nopelna pietiekami naudu, lai izdzīvotu, kāpēc tā ir problēma vispār? Ja viņi nevienam citam nedara pāri un sev it kā nedara pāri ar to, tad vai tā vispār ir problēma, ar ko varētu tā kā runāt pie psihologa? Ja tas cilvēks pats ir priecīgs, tad, vai tur ir problēma? (Fokusgrupu diskusija, sieviete, 20 gadi)

Individuāli vērsta ietekme varētu būt viens no iemesliem, kādēļ, pievēršoties atbalsta formām un veidiem, lielākā daļa intervēto personu un fokusgrupu diskusijas dalībnieku norādīja, ka atbalsts no valsts šo problēmu pārvarēšanā tiešā veidā vai nu nav nepieciešams, vai nepieciešams ļoti ierobežotā formā.

Turklāt daudzu spēlētāju pieredzē spēles ļauj atbrīvoties no spriedzes un negatīvām emocijām:

Es esmu grāmatvede. Internets man ir nepieciešams, vispār es bez viņa strādāt nevaru. Un ar tām spēlītēm ir tā, ka gribas rupji lamāties, es sēžu ar visiem nodokļiem, tad es, es viņas ieslēdzu, jo tu vienkārši nezini, kur sevi likt. (Fokusgrupu diskusija, sieviete, 61 gads)

Spēlēšana vienatnē kontroles iespēju un atbalstu nepiedāvā un tādējādi tiek saistīta ar augstāku risku spēlētājam pilnībā pārtraukt sociālos kontaktus. Tā, piemēram, pētījuma dalībniece apraksta savu spēlēšanas pieredzi, kur reiz pavadīti 6 mēneši, tikai spēlējot videospēles:

Tas ir kā gumijas stiepšana, piesēdies pie datora, atrodi lielisku spēli, spēlē. Nesāc no jaunākās spēles, bet pirmās (smejas). (Sieviete, 29)

Pētījuma dalībniece šeit apraksta situāciju, kur videospēles tiek spēlētas sērijveidā – tiek izvēlēta spēļu sērija, un tiek “izspēlētas” visas spēles no pirmās līdz pēdējai. Ņemot vērā mūsdienu spēļu dizainu, kur viena spēļu cikla pabeigšanai var būt nepieciešamas tuvu 200 stundām, un kuras veidotas ar mērķi veicināt spēlētāja maksimālu iesaisti, individuālā spēlēšana ir īpaši pakļauta šāda veida riskiem.

Kā galveno problēmu saistībā ar fizisko veselību un spēļu spēlēšanu vienatnē (līdzīgi gan arī spēļu spēlēšanai grupā), pētījuma dalībnieki min bezmiegu un spēlēšanu naktīs:

Tā ir spēlēšana visu cauru nakti. Kad ir tāds sagurums, jo spēlē tāpēc, lai novērsu domas un nevajadzētu domāt par to, kas ir slikti. Ka esi nospēlējis tik tālu, ka nav spēka par spēli domāt, ir tāds nogurums turpināt. (Sieviete, 29)

Nespēj saprast, cik pulkstenis, nespēj saprast, ka jau vakars pienācis, nespēj saprast, ka jau saule aust, kas man ir gan bijis, kad es pirmo reizi dabūju Sims 2, oficiāli (iesmejas). (Sieviete, 20)

Spēlēšana naktī veidojas cikliski – ieilgušas sesijas iepriekšējā vakarā nozīmē, ka persona mostas vēlu un tādējādi spēlēšanai dienas laikā paliek mazāk laika, kas savukārt tālāk pastiprina paradumu spēlēt naktī. Augstāka līmeņa ciklu savukārt rada spēlēšana, izvairoties un atliekot dažādu personisku problēmu pārvarēšanu:

Sāc mācīties augstskolā, ir personīgais dators, pieeja. Tie posmi, kad ir tā lielā intensīvā spēlēšana. Ieslēdzas cikls. Tu spēlē, nav obligāti, ka baigi patīk, bet pietiekami aizraujoša, lai uzturētu uzmanību, viņa spēj noturēt, un uz priekšu. Ir tāds dzinulis un negribēšana atgriezties atpakaļ un darīt, ko vajag darīt. Tas man dzīve ir uznācis periodiski – pieļauju, ka ne pirmo un pēdējo reizi. (Sieviete, 29)

Spēlēšana tiešsaistē savukārt vairumā gadījumā saistīta ar spēlēšanu grupā, kas var kalpot gan kā atbalsta grupa, gan atskaites punkts spēles laikam, visbiežāk to pagarinot. Intervijās iegūtā informācija liecina, ka spēlētāju pieredze tiešsaistē atšķiras, taču iespējams nošķirt vismaz 2 galvenos virzienus – spēlēšana kā izklaide un e-sports.

Spēlēšana tiešsaistē izklaides nolūkos saistīta ar lielāku potenciālo izdevumu slogu. Tas īpaši attiecināms uz spēlēšanu tiešsaistē, izmantojot spēļu konsoles, kur, lai būtu iespējams spēlēt tiešsaistē, nepieciešams veikt ikmēneša apmaksu. Tāpat spēlēšana tiešsaistē atšķiras ar to, ka tiešsaistes spēles parasti tiek veidotas kā būtībā bezgalīgas, kas nozīmē, ka spēlētājs var gadiem ilgi turpināt spēlēt vienu un to pašu spēli. Šis spēlēšanas veids intervijās minēts kā izteikti sociāla parādība. Spēlēšana kopā ar

draugiem (kas iegūti vai nu fiziskajā vai virtuālajā vidē) vienlaikus var kalpot kā atbalsta mehānisms, taču var arī kļūt par pamatu dziļākai iesaistei virtuālajā vidē un tālākai izolācijai no fiziskās vides:

Es spēlēju gan viens, gan ar draugiem. Mums ir bijuši, piemēram, Skype konference uz kaut kādām 12 stundām, kur mēs nonstopā spēlējam. Tā bija katru dienu kādu gadu vai divus. Man tas likās superjautri, ka tas bija labi pavadīts laiks. Tas bija tā kā tu ietu ārā pastaigāties ar cilvēkiem un visādu sūdus darīt, bet jūs to vienkārši darāt virtuālā realitātē. (Vīrietis, 20)

Kā norāda eksperti, virtuālā vide spēlētājam var būt ne tikai traucējoša, bet kalpot arī kā atbalsta mehānisms. Bieži interviju dalībnieki problemātiskās spēlēšanas epizodes saista ar negatīvu periodu personīgajā dzīvē. Šādā situācijā virtuālā vide var kalpot kā atelpa no fiziskās vides un ar to saistītajām problēmām:

... jaunieši, kuriem ir garīgās veselības grūtības. Parasti tās ir depresijas un trauksmes, tas sakrīt, protams, arī ar citu valstu novērojumiem, kur šādā veidā vai nu viņi risina problēmas, piemēram, [ja] ir sociālā fobija vai ģeneralizētā trauksme. [Viņi] nespēj iepazīties ar vienaudžiem vai runāt ar vienaudžiem, [un] šādā veidā mēģina atrast draugus. Bet bieži ir pusaudži, kuriem ir depresijas un suicidāli noskaņojumi, un tas ir viņu vienīgais tas "outlet" [vienīgā izpausmes vieta]. Tur viņi arī reizēm forumos. Viņu gadījumā tas ir aizsargājošais faktors, ar kuru vajadzētu būt ļoti uzmanīgiem, jo viņus nedrīkst ņemt nost. Tas ir tas, kur viņi atrod vienīgo resursu. (Nils Konstantinovs, psihoterapeits)

No otras puses, kā norādīja viens no pētījuma dalībniekiem, tiešsaistes spēļu vide bieži vien ir "toksiska", kas atstāj iespaidu gan uz spēlētāja pašsajūtu, gan sociālajām prasmēm:

Galvenais, ko videospēles tev spēj nodarīt, ir tas bezmiegs, un tas, ka bieži vien. Otra lieta, tas ir kā kuram cilvēkam, ka ļoti bieži, spēlējot online videospēles, ir ļoti toksiska vide. Tu vari tikt ievilkts tai toksiskajā vidē un pats būt toksisks nenormāli. Gan izmantojot rasistiskus vārdus, saukt citus viskaut kādi. Būt pašam pretīgam pret citiem cilvēkiem, lamāties, kliegt virsū un darīt kaut ko tādu, ko tu nedarītu reālajā dzīvē, jo tev nav tādas iespējas. Tas tev bišķīt ļauj tā kā, tas grauj tevi. Mazdrusciņ. (Vīrietis, 20)

Tāpat pastāv spēlētāju iesaiste **e-sporta aktivitātēs**, kuras arī nav viennozīmīgi vērtējamas, jo robežojas ar profesionālu karjeru, attīstību un izklaidi:

Bet reizēm ir grūti izšķirt šo objektīvo sporta sadaļu, ka daudzi no viņiem mūsu pieredzē objektīvi vēlas ar to [e-sportu] nodarboties arī profesionāli, līdz ar to viņi stājas [ārā] no [skolām], viņiem mācības vairs neinteresē, viņi vēlas profesionāli nodarboties ar datorsportu vai viņi ir sākuši ar to jau pelnīt kaut kādu naudu un redz savu nākotni tajā. (Nils Konstantinovs, psihoterapeits)

Ļoti ilgi tā bija vienīgā datorspēle, ko spēlēju. Man patīk tieši tas sportiskais, ka tu sevi tā kā attīsti. Tagad es vairāk tā vispār nespēlēju. (Vīrietis, 26)

E-sporta aktivitātes sarežģī videospēļu atkarības pētāmo lauku, jo persona, kura nolēmusi mēģināt sasniegt rezultātus šajā nodarbē bieži vien virspusēji šķiet līdzīga tām, kurām jau izveidojušies neveselīgi spēlēšanas paradumi. Pie datora pavadītais laiks ir ļoti ilgs, spēles var tikt spēlētas gan mācību laikā, gan naktīs. Taču situācija skaidrojama ar vēlmi uzlabot savu sniegumu un nepieciešamību būt daļai no

komandas. Gan komandas, gan turnīri mēdz būt globāli, kas savukārt var nozīmēt, ka spēlēšana reizēm notiek vēlās naktīs stundās vai darba dienas vidū. Eksperti intervijās norādīja, ka šādos gadījumos vecākiem un līdzcilvēkiem būtiski skaidri komunicēt ar personu, kas pievērsusies šādai nodarbei, lai palīdzētu spēlētājam saglabāt saikni ar realitāti, nodrošinātu, ka spēles pieredze nekļūst neveselīga un ka persona spēj reālistiski novērtēt savu sniegumu un izredzes uz būtiskiem sasniegumiem.

Viena no intervētajām personām, kas savu e-sporta pieredzi aprakstīja kā neveiksmīgu un uzsvēra nepieciešamību pēc atelpas brīža un atslēgšanas no spēles, stāstīja:

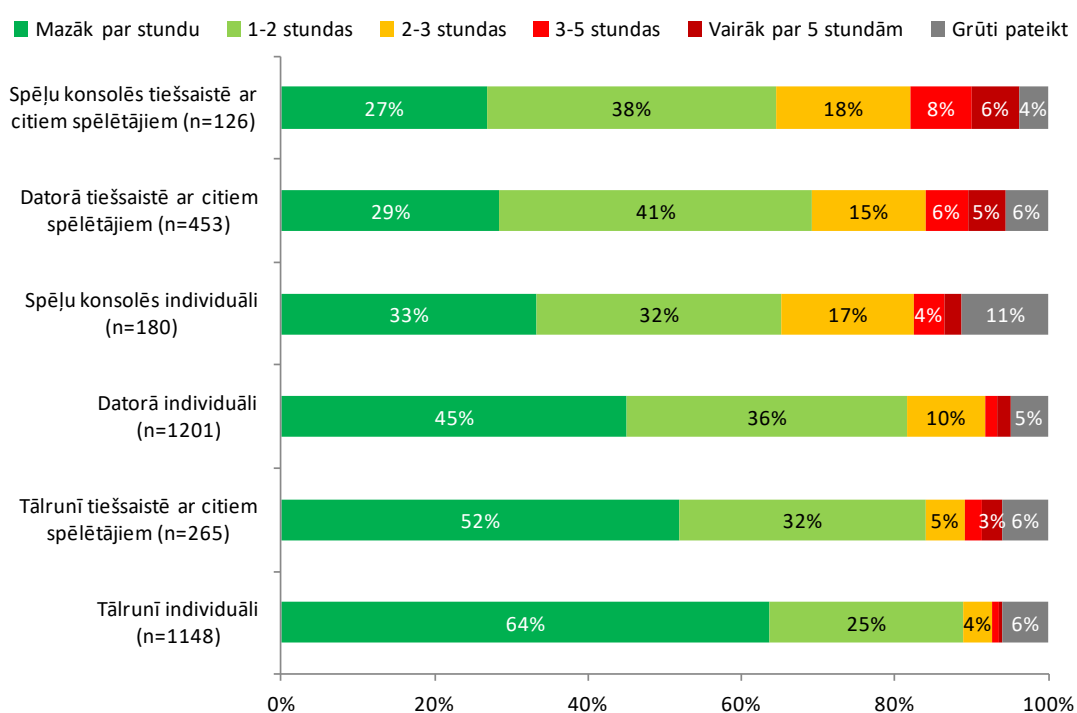
Pirmkārt, tas, ka ir jābūt tādām momentam, ka tu vari nespēlēt, jo, pat ja tu gribi būt profesionālis, tev ir jāatpūtinā prāts vai jāpaaugstinājas, jāpalasa kaut kādas stratēģijas vai taktikas, kaut kas tāds jāpamācās, jo vienkārši akli visu laiku iet un spēlēt bieži vien ir diezgan bezjēdzīgi. (Vīrietis, 26)

Eksperti intervijās bieži norādīja uz sporta un atkarību veidošanās procesa saikni, kas attiecībā uz e-sportu noteikti var kalpot par pamatu neveselīgiem spēlēšanas paradumiem.

4.2.3.1. Pie spēļu ierīcēm pavadītais laiks

Pie ierīces pavadītais laiks ir netiešs indikators problēmām ar spēli. Raugoties uz to spēlētāju atbildēm, kas spēļu ierīces lietojuši pēdējā mēneša laikā un jautājot par vidēji tipiski laiku, ko respondents dienā pavadījis spēlējot, var iegūt gan informāciju par katra spēļu veidu ietekmi, gan spēlētāju profilu. Nav datu par to, vai kāds spēlēs pavadītais laiks un veids ļautu domāt par problemātisku spēlēšanu, taču šeit pieņemam, ka robeža varētu būt vidēji 3 stundas un ilgāk. Jāpiezīmē, ka spēlētāju diskusija atklāja, ka datorspēles var arī būt neregulārs, bet intensīvs spēlēšanas veids, kas izpaužas kā atkārtoti intensīvi spēlēšanas periodi, kur daudzas spēlēšanas stundas mijas ar nespēlēšanas periodiem.

4.26.attēls. Vidējais spēlēšanas laiks dienā tiem, kas spēlēja vismaz reizi pēdējā mēneša laikā



Līderi patērētā laika ziņā (skatīt 4.26.attēlu) ir spēles tiešsaistē ar citiem spēlētājiem datorā un spēļu konsolēs (attiecīgi 11% un 14% no pēdējā mēnesī spēlējušajiem dienā spēlējuši vairāk par 3 stundām, tai skaitā 5% un 6% – pat vairāk par 5 stundām).

Biežāk kolektīvas datorspēles 3 stundas un vairāk spēlē rīdnieki un Pierīgas iedzīvotāji, vīrieši un jaunieši, kā arī personas ar zemāku izglītības līmeni. Konsoļu gadījumā sakarības ir mazāk skaidras nelielā spēlētāju skaita dēļ, tomēr rīdnieki un jaunieši konsoļu spēlēs tiešsaistē ar citiem pavada ilgāku laiku nekā pārējie.

Individuālās spēles gan konsolēs, gan datorā tiek spēlētas jau īsāku laiku. Tās grupas, kuras spēlē ilgāk, datoru gadījumā ir aptuveni tās pašas, kas iepriekš minētās – rīdnieki, vīrieši, jaunieši, personas ar zemāku izglītību. Konsoļu gadījumā šajā ziņā aina nav tik viennozīmīga, tomēr nelielais respondentu skaits apgrūtina vispārīgākas iespējas.

Vismazāk laika tiek pavadīts spēlēs tālrunī – arī tad, ja runa ir par spēlēm tiešsaistē ar citiem, kas visdrīzāk saistās ar dizainu, kā veidotas spēles tālrunī, kā arī, iespējams, ar to, ka tālruņa specifika, vispirmām kārtām mazais izmērs, ilgstošu spēlēšanu padara problemātisku.

Intervijās kontroles zudums pār laiku, kas tiek pavadīts, spēlējot videospēles, tika identificēts kā kaitējuma veids. Pētījuma dalībnieki raksturoja videospēlēm iztērēto laiku kā “izniekotu”, “prokrastināciju”, “gumijas stiepšanu”. Runājot par veidiem, kā laiks tiek patērēts videospēlēm neveselīgu spēlēšanas paradumu gadījumā, iezīmējās divi atšķirīgi rādītāji – intensitāte un biežums.

Biežums raksturo to, cik bieži videospēles tiek spēlētas. Šī problēma intervijās ir aktuālāka mobilo telefonu spēļu spēlētājiem un cieši saistās arī ar citiem neveselīgiem interneta lietošanas paradumiem. Tā, piemēram, viena no dalībniecēm, kura apzinās savus problemātiskos lietošanas paradumus, norādīja, ka gan pastiprinātu mediju lietošanu, gan spēļu spēlēšanu aizsākusi tieši garākos braucienos sabiedriskajā transportā, ko tagad identificē kā slēdža mehānismu un no kā cenšas izvairīties.

Spēlēšana parasti tika identificēta kā problemātiska un saistījās galvenokārt ar aizkaitinājumu par nespēju izvairīties vai nu no telefona vai no datora lietošanas brīvajos brīžos. Šie spēlētāji spēlē salīdzinoši bieži, iespējams, vairākas reizes dienā, taču reti pavada, spēlējot vienlaidus ilgstošu laika periodu. Kā atkarību lielākā daļa dalībnieku raksturoja brīžus, kuros būtiski pieaug spēlēšanas **intensitāte** un spēles tiek spēlētas vairākas stundas pēc kārtas bez pārtraukuma:

Ēšanas traucējumi, ka vai nu pārāk daudz ēd, nez kaut kādus crisps vai vispār, vispār aizmirst paēst. Man pašai ir bijis tā, ka neaizeju uz tualeti tad, kad cilvēkam vajadzētu primāri, bet tad es bišķiņ, bišķiņ paciešos, jo man kaut kas ir jāizdara, un tad es aizeju uz tualeti. Tagad skatoties un izsakot to skaļi, tas liekas absolūti absurdi (iesmejas). (Sieviete, 20)

Šo spēlēšanas veidu pētījuma dalībnieki uztvēra kā problemātisku gan potenciālo veselības problēmu dēļ, gan saistībā ar laika izniekošanas sajūtu. Šos periodus, kuros spēlēšana kļuvusi problemātiska, pētījuma dalībnieki parasti labi spēja identificēt un raksturot, sīkāk tie apskatīti tālāk tekstā saistībā ar problēmu pašvērtējumu.

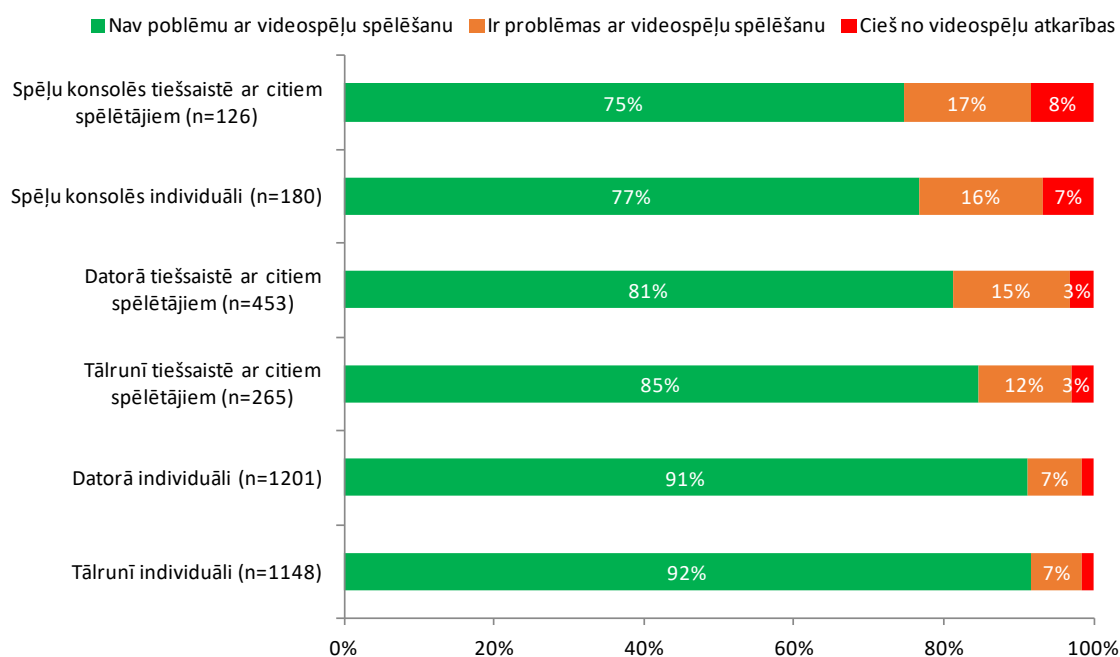
4.2.2.5. Videospēļu problemātiskas spēlēšanas mērījumi

Viens no biežāk lietotajiem mērījumiem videospēļu atkarībai ir videospēļu atkarības skala (*Game Addiction Scale*), kas aptver atbildes uz jautājumiem par dažādām iespējamām atkarības pazīmēm – ilgstošām domām par spēlēšanu, arvien garāku spēlēšanas laiku, citu nesekmīgiem mēģinājumiem ierobežot spēlēšanu, sliktu sajūtu nespējējot, konfliktiem ar līdzcilvēkiem par spēlēšanu, svarīgu nodarbjību atstāšanu novārtā. Rezultāts veidojas no atbildēm uz 4 jautājumiem, lai arī kopumā tiek uzdoti 7 jautājumi (skat. skaidrojumu 1.2.3. sadaļā).

Saskaņā ar rezultātiem no iespējamās **videospēļu atkarības** cieš aptuveni 0,5% visu respondentu, bet **problēmas ar videospēļu spēlēšanu** ir vēl 2,4%. Šie rādītāji ir augstāki vīriešu vidū (attiecīgi 0,7% un 4,4%), vecuma grupā 15-24 gadi (1,5% un 7,2%), personu ar pamatizglītību vai zemāku vidū (1,4% un 7,0%), rīdzinieku vidū (0,7% un 3,4%), mazliet augstāki arī latviešu vidū (0,5% un 2,7%).

Sīkāk atkarības rādītāji analizēti to spēlētāju vidū, kas spēlējuši pēdējā mēneša laikā. Rezultāti atspoguļoti 4.27.attēlā. Tie parāda, ka augstāks atkarības risks ir tiem, kas spēlē spēļu konsolēs – gan tad, ja spēlēšana noris tiešsaistē, gan tad, ja individuāli. Saskaņā ar sniegtajām atbildēm no videospēļu atkarības cieš attiecīgi 8% un 7% tiešsaistes un individuālo konsoļu spēlētāju, kuri spēlējuši pēdējā mēneša laikā; savukārt problēmas konstatētas vēl attiecīgi 17% un 16%. Spēlēšana tiešsaistē ir saistīta ar nedaudz augstāku risku. Te gan dati jāvērtē uzmanīgi, jo respondentu skaits ir salīdzinoši neliels – 126 cilvēki vienā kategorijā un 180 – otrā.

4.27.attēls. Videospēļu atkarības skala tiem, kas spēlējuši vismaz reizi pēdējā mēneša laikā



Nākamais – jau zemāks – atkarības riska līmenis novērojams citās tiešsaistes spēlēs – atkarība, saskaņā ar atbildēm, ir 3% gan datorā, gan tālrunī pēdējā mēnesī spēlējušajiem, bet problēmas – attiecīgi 15% un 12%. Kā viens no tiešsaistes papildus riska faktoriem jāmin tas, ka cilvēkiem, spēlējot tiešsaistē, veidojas zināma atbildība par piedalīšanos spēlēs pārējās spēlētāju kopienas priekšā.

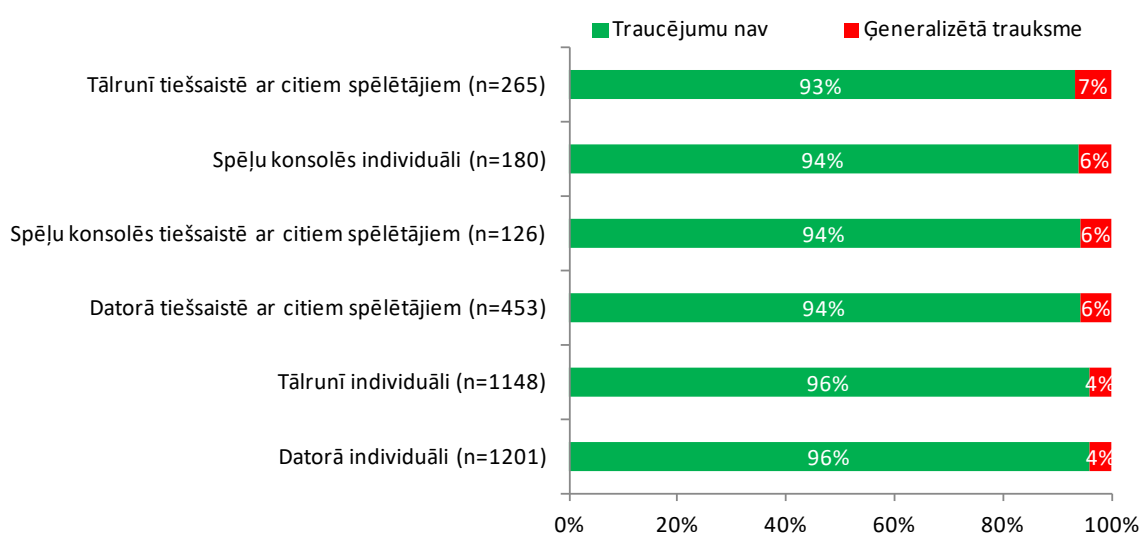
Zemāki riski ir spēlēm datorā un telefonā individuāli – te no atkarības cieš 2% no pēdējā mēnesī spēlējušajiem, bet iespējamās problēmas ir vēl 7% (lai arī procentuālie rādītāji sakrīt, tas nenozīmē, ka šīs grupas pilnībā pārklājas).

Jāpiebilst gan, ka spēlēšana tiešsaistē vai ar speciālām ierīcēm varētu būt spēlēšanas pieredzes tālākas attīstības posms, un aizraušanās ar spēli liek meklēt sarežģītāku spēles veidu, nevis spēles veids nosaka atkarības risku. Savukārt tālrunis ir vispieejamākais rīks spēlēm, īpaši jauniešiem, nevis bīstamākā ierīce, vērtējot riskus.

Papildus videospēļu atkarības skalai to respondentu gadījumā, kas norādīja, ka pēdējā mēneša laikā spēlējuši videospēles, tika pārbaudīts arī ģeneralizētās trauksmes līmenis un depresijas līmenis (abu testu metodoloģija aprakstīta iepriekšējās nodaļās).

Ja visu respondentu vidū **ģeneralizētās trauksmes līmenis** ir aptuveni 5%, tad, analizējot atsevišķi dažādas videospēļu spēlētāju grupas (skatīt 4.28.attēlu), varam novērot, ka datorā un tālrunī individuāli spēlējošo vidū tas ir pat nedaudz zemāks (4%), taču pārējās grupās – augstāks (6%), starp tālrunī tiešsaistē spēlējošajiem sasniedzot 7%.

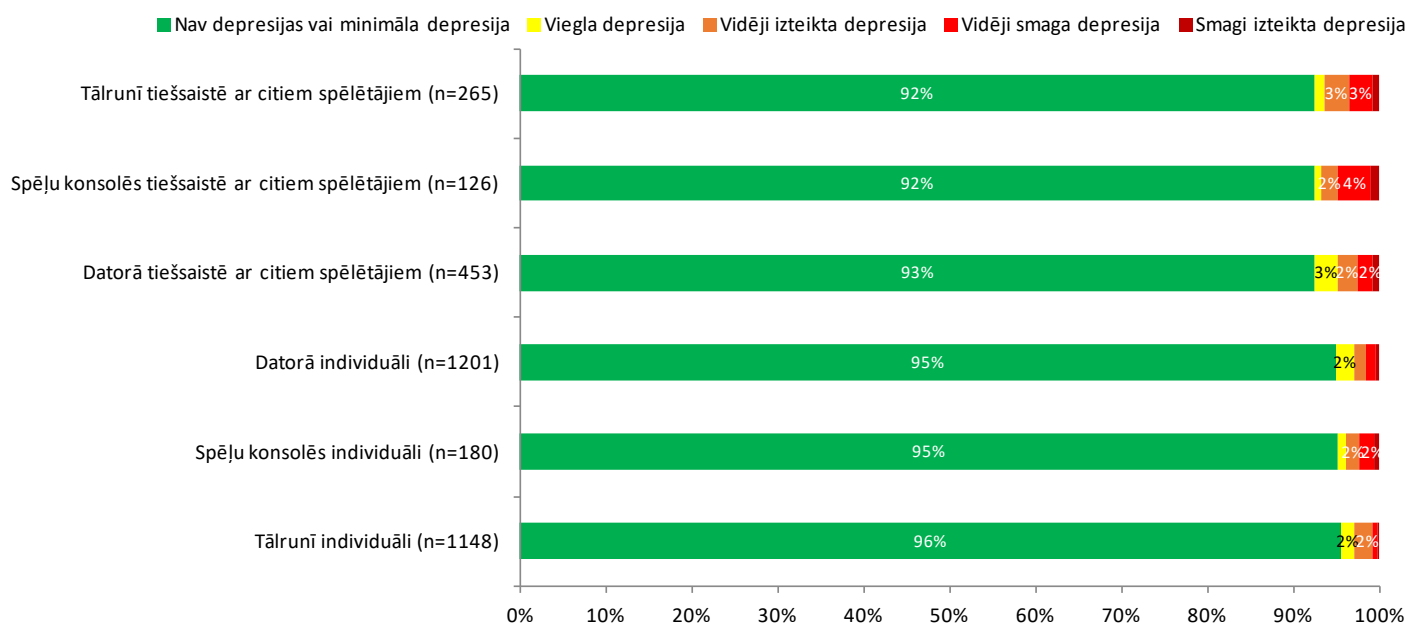
4.28.attēls. Ģeneralizētās trauksmes līmenis tiem, kas spēlējuši vismaz reizi pēdējā mēneša laikā



Runājot pat **depresijas līmeni** (skatīt 4.29.attēlu), jākonstatē, ka individuālajiem spēlētājiem tas ir zemāks nekā vidēji visiem respondentiem (no visiem respondentiem vidēji 93% nav depresijas; viegla depresija – 3%, vidēji izteikta – 2%, bet vidēji smaga – 1%), respektīvi depresija individuālo spēlētāju gadījumā diez vai ir spēlēšanas cēlonis, bet iespējams pat, ka spēlēšana kaut kādā mērā palīdz sadzīvot ar depresijas izraisītām sekām.

To spēlētāju gadījumā, kas spēlē tiešsaistē ar citiem, depresijas rādītāji tomēr ir nedaudz augstāki nekā vidēji. Tā kā nav īsti iespējams šos spēles veidus pēc depresijas pakāpes diferencēt, jāsecina, ka robežšķirtne ir tieši starp spēlēm individuāli un spēlēm tiešsaistē ar citiem. Iespējams, tiešsaistes spēles saistītas ar lielāku spēju atpazīt depresiju un tās simptomus, pateicoties kontaktam ar citiem spēlētājiem, kam varētu būt līdzīga pieredze.

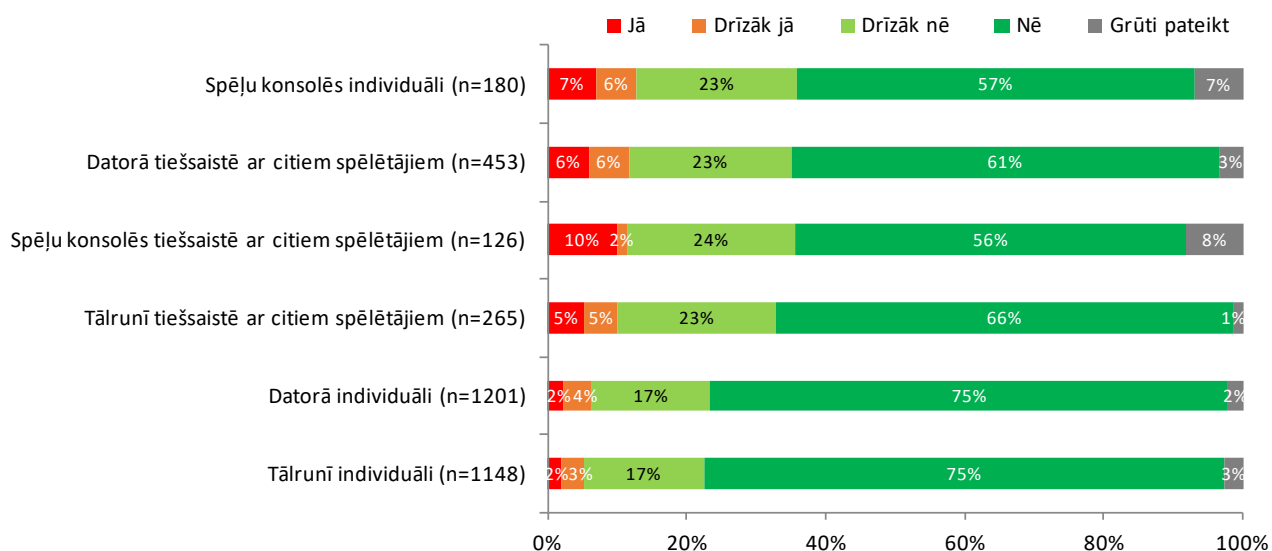
4.29.attēls. Depresijas līmenis tiem, kas spēlējuši vismaz reizi pēdējā mēneša laikā



4.2.2.6. Problēmu pašvērtējums

Attiecībā uz problemātisku spēlēšanu to respondentu vidū, kuri norādīja, ka pēdējā gada laikā ir spēlējuši, tika uzdots jautājums, vai viņi kādreiz ir domājuši, ka viņiem ir problēmas ar pārmērīgu spēļu spēlēšanu datorā, tālrunī vai spēļu konsolēs. Apstiprinoši (“jā” vai “drīzāk jā”) atbildēja 5% (kas ir aptuveni 2% no visiem respondentiem), biežāk vīrieši (7%), 15-24 gadus veci jaunieši (arī 7%) un personas ar pamatizglītību vai zemāku (8%).

4.30.attēls. Vai ir domājuši, ka viņiem ir problēmas ar pārmērīgu spēļu spēlēšanu (no tiem, kas spēlējuši vismaz reizi pēdējā mēneša laikā)



Sīkāk pēc spēļu veidiem tika analizētas to respondentu atbildes, kas norādīja, ka spēlējuši pēdējā mēneša laikā (skatīt 4.30.attēlu). Biežāk to, ka viņiem šādas domas bijušas, atzīst spēļu konsoļu spēlētāji (7%-10% atbildējuši ar nepārprotamu “jā”, kā arī spēlētāji tiešsaistē (“jā” 5%-10% gadījumu). Retāk to, ka viņiem šādas domas bijušas, atzīst individuālie spēlētāji datorā un telefonā (“jā” 2% gadījumu).

Pētījuma kvalitatīvajai daļai tika atlasītas personas, kuras vai nu pašas identificējās kā atkarīgas vai saskatīja savus spēlēšanas paradumus kā problemātiskus. Tādējādi visas personas, kuras piedalījās intervijās atzina, ka viņu spēlēšanas paradumi kādā dzīves posmā ir bijuši traucējoši. Epizodes, kuras saistītas ar problemātisku spēlēšanu, spēlētāju ieskatā var sadalīt 2 lielās grupās. **Pirmā grupa** sastāv no gadījumiem, kur intensīvos spēlēšanas periodus ir izraisījusi vai nu pirmā saskarsme ar videospēlēm, vai pirmā ilgstošā videospēļu pieejamība:

Priekšapmaksas kartes, tieši laikam man bija Okarte, internets telefonā uz urrā gāja, samaksā un uz nedēļu vari sēdēt internetā un spēles spēlēt. Bija tik forši. Maziņš telefons, kurā kaut kas notiek. (Sieviete, 29)

Man bija kādi 13 gadi. Es dzīvoju vēl pie savas vecmātes, vectēva. Es līdz kādiem 2:00 naktī spēlēju datorspēles līdz tādām līmenim, ka es savus vecvecākus tik ļoti nokaitināju, ka viņi izslēdza visā mājā elektrību. (Vīrietis, 20)

Pētījuma dati liecina, ka cilvēkiem, kuriem vēlāk dzīvē var veidoties problemātiski spēlēšanas paradumi, ļoti bieži jau pirmā saskare ar videospēlēm ir ļoti intensīva un veicinājusi aizraušanos. Tas savukārt ļauj secināt, ka iespējamo tendenci uz pastiprinātu spēlēšanu vecākiem ir iespējams novērot jau, kad bērns pirmo reizi izmēģina kādu videospēli un kļūst ar to pārņemts un uzmācīgi pauž vēlmi to spēlēt atkal un atkal. Vienlaikus tas nenozīmē, ka persona turpmākajā dzīvē neizbēgami kļūs par problēmspēlētāju.

Kā rāda pētījuma dati, **otra problemātisko epizožu grupa** ir saistīta ar prasmju trūkumu attiecībā uz laika plānošanu, stresa menedžmentu un attiecību veidošanu. Kamēr iepriekš aprakstītajā situācijā problemātiskā spēlēšana saistāma ar pieredzes trūkumu attiecībā uz videospēlēm, šajā gadījumā spēlētāji jau ir pieredzes bagāti vai vismaz ir spēlējuši videospēles iepriekš. Interviju dalībnieki, kuri dalījās ar savām problemātiskās spēlēšanas epizodēm parasti varēja identificēt brīžus savās dzīvēs, kur iepriekšminēto iemeslu dēļ videospēles ir kļuvušas par patvērumu no fiziskās realitātes sarežģījumiem:

Bija darbs, iepriekšējā darbavieta, bijām mazs uzņēmums, attieksme pret cilvēkiem visāda, ģimenē bija problēmas – vecmamma saslima, insults. Tas nebija skaists brīdis mana dzīvē. Tad bija – varētu aiziet no darba, veltīt laiku ģimenei, kamēr norimst tās [problēmas], atpūsties no tās darba skriešanas. Tā tu piesēdies pie datora un sāc spēlēt. Un tā spēlēšana... Kamēr ir finanses, iekrājumi, spēj vilkt attiecības, tev nav nekas, kas var dzīt uz priekšu. Iesēdos uz pusgadu. (Sieviete, Rīga, 29)

Katrrreiz, kad ir spriedze – darbu rakstīšana, tā man uznāk tādas dzeršanas vai spēlēšanas epizodes. Piemēram, kad rakstīju K darbu, es spēlēju bumbiņas. Pēc tam es spēlēju Candy Crush, kas ir pavisam nejdzīga lieta. Tur saliec bumbiņas rindiņā un viņas noiet. Tā līdz 2-iem naktī. (Sieviete, 36, Pierīga)

Viens kritisks moments bija, kad es pirmo reizi mēģināju studēt. Es nostudēju nepilnu pusotru semestri (neveikli iesmejas). Sanāca tā, ka, no vienas puses, bija vilšanās tajā, ko es bija gaidījis un ko saņēmu, no otras puses, es tad vēl varbūt nebiju domājis tādā virzienā, bet noteikti kādas depresijas pazīmes, kas caur ārstiem tika diagnosticēta krietni vēlāk. (Vīrietis, 30)

Pētījuma dalībnieku – spēlētāju teiktais sakrīt arī ar ekspertu pausto par problemātiskas videospēļu spēlēšanas saistību ar citām garīgās un sociālās veselības problēmām, kas drīzāk uzskatāmas par epizožu cēloni nevis sekām:

Bērniem, kuriem dažādas sociālās vides problēmas, arī tas ir viens no veidiem, kā viņi to risina. Kamēr nesaprotam, tikai redzam, ka bērns daudz sēž pie datora, ir iztērējis naudu, tas nepasaka neko par problēmu, kas šim konkrētam bērnam apakšā ir. (Nikita Bezborodovs, psihiatrs)

Līdz ar to aptaujā konstatētā videospēlēšanas saikne ar garīgās veselības problēmām nav viennozīmīgi skatāma procesu atkarības kontekstā, bet gan izriet no respondentu plašākām zināšanām un prasmēm savas garīgās veselības uzturēšanā.

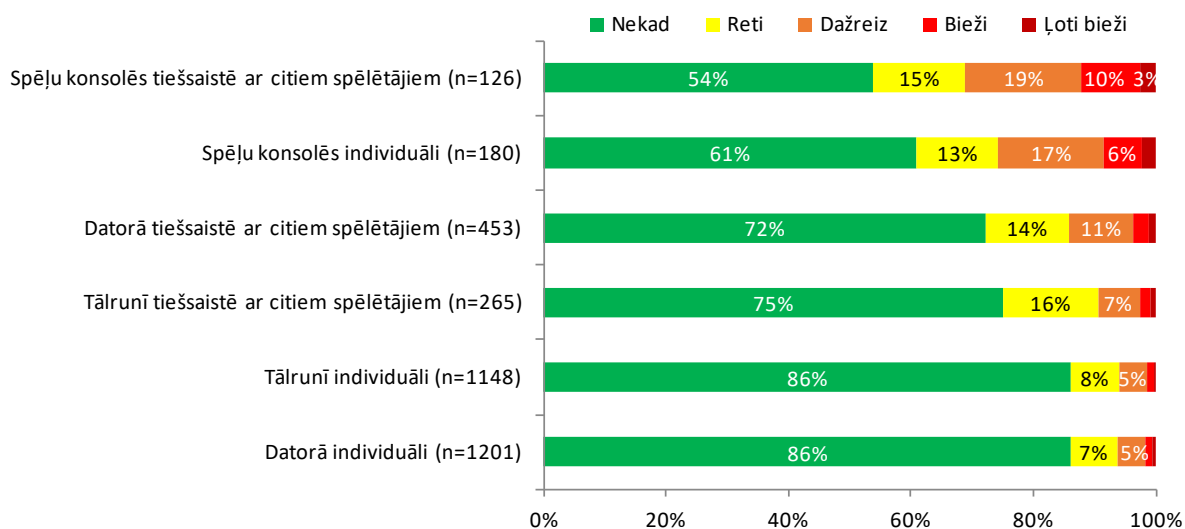
4.2.2.7. Finansiālie zaudējumi

Salīdzinot ar azartspēlēm un loterijām, videospēļu spēlēšana neprasa lielus ieguldījumus. Tikai 1,2% no tiem, kas pēdējā pusgada laikā spēlējuši videospēles, norāda, ka bieži un ļoti bieži spēlēšanā ieguldījuši arvien vairāk naudas, kamēr 89,1% naudu nekad nav spēlēšanā ieguldījuši.

Ja raugāmies uz spēlētāju grupu, kas spēlējuši pēdējā mēneša laikā un arvien vairāk spēlēšanā ieguldījuši, tad visbiežāk tie ir konsoļu spēlētāji – īpaši, ja viņi spēlē tiešsaistē (skatīt 4.31.attēlu), kur tas noticis jau tuvu pusē gadījumu.

Retāk apstipriņošu atbildi snieguši citu ierīču spēlētāji tiešsaistē, bet individuālie spēlētāji tālrunī vai datorā to, ka nācies ieguldīt arvien vairāk un vairāk, atzīst 14% gadījumu (turklāt vairāk nekā pusē no šiem gadījumiem izvēlēta atbilde “reti”).

4.31.attēls. Vai ir bijis nepieciešams ieguldīt arvien vairāk naudas spēlēšanā (no tiem, kas spēlējuši vismaz reizi pēdējā mēneša laikā)



Spēlētāji nodala spēlēšanu telefonā un datorā un ar katru no tiem saista atsevišķu problemātiku. Spēlēšana telefonā līdzīgi spēlēšanai tiešsaistē datorā tiek saistīta ar daudz lielāku finanšu ieguldījumu risku lietošanas biežuma dēļ:

... bet mobilajās vairāk, tāpēc, ka vieglāk pa mazām summām un vairāk sanāk. Jo datorspēles, kur iegulda lielāku naudu vai apjomu lielāku. Telefonā ir vieglāk. (Sieviete, 29)

Kamēr spēļu iegāde datorā parasti ir vienreizējs pirkums, mobilās spēles bieži ir sākotnēji pieejamas bez maksas, taču, lai būtu iespējams spēli turpināt spēlēt ilgstoši vai lai ātrāk sasniegtu spēles rezultātu, nepieciešams ieguldīt reālus finanšu līdzekļus:

Telefonā Candycrush bija kādas izvēles, tieši neatceros. Bija tāda laika pavadīšana ar spēlēm. Spēlē telefonā, kaut kas notiek, viss ir kaut kādā ātrumā, manas izvēles ietekmē... Ja man nepietiek resursu, mana izvēle kļūst sliktāka, nekā tad, ja viņi man būs. Resursi vai arī iekšējā valūta, kas ir spēlē. Ko parasti viltīgi apslēpj. Un tev iedod garšu – ja tev būs, tad tu arī dabūsi. Bija moments, kad bija ļoti viegli kādā spēles posmā, ka varētu nedaudz samaksāt, lai ātrāk tiktu uz nākamo posmu. Vienreiz tā izdari, otrreiz. (Sieviete, 29)

Tikmēr citiem spēlētājiem naudas ieguldīšana kalpo tādējādi, ka ļauj nospraust robežas attiecībā uz to, cik daudz un kāda veida resursu ieguldīt spēlēšanā:

Man nav tādas kategorijas, ko vairāk spēlēju. Escape spēle, forši, interesanti. Candycrush, jā, var paspēlēt. Kad saskaras ar naudu, tad ir tā – bet varbūt nē. (Sieviete, 29)

Šeit svarīgi norādīt, ka kamēr citviet Eiropā³⁵ attiecībā uz pirkumiem mobilo telefonu lietotnēs un bērniem ir vai nu ierobežojumi vai tie tiek diskutēti medijos, mūsu fokusgrupu diskusijā un videospēļu lietotāju intervijās šāda veida problemātika tieši attiecībā uz bērniem netika pieminēta.

Izņēmums ir eksperti, kas līdzīgi kā azartspēļu gadījumā, norāda, ka tēriņi kļūst par sliekšni problēmu pamanīšanai. Videospēļu gadījumā vecuma ierobežojums nedarbojas, un problēmas pirmie pamana galvenokārt vecāki:

Atkal tas, kur tas rada problēmu, ir tad, kad pusaudži sāk tērēt vecāku naudu. Un daudzi pusaudži pie mums ar to nonāk nevis tāpēc, ka viņiem būtu problēmas skolā vai kaut kur citur, bet tāpēc, ka viņi ir iztērējuši lielas summas un vecāki par to ir pamatoti nikni. (Nils Konstantinovs, psihoterapeits)

Ar naudu saskaramies, ja bērns, pērkot spēles, bonusus iztērējis zināmu līdzekļu summu. Lielākais pie 200 bija, ar ko esmu saskāries. To mēģinot ierobežot, visādi izmanās un tiek līdz kredītkartei un tomēr iztērē to, pērkot lietas tai spēļu veikalā. (Nikita Bezborodovs, psihiatrs)

Abi eksperti norāda, ka visbiežāk spēlēšana un naudas tēriņi ir tikai viens aspekts no dziļāka ar veselību vai sociālo vidi saistītu problēmu kompleksa, kuru varētu atklāt un risināt jau pirmskolas periodā.

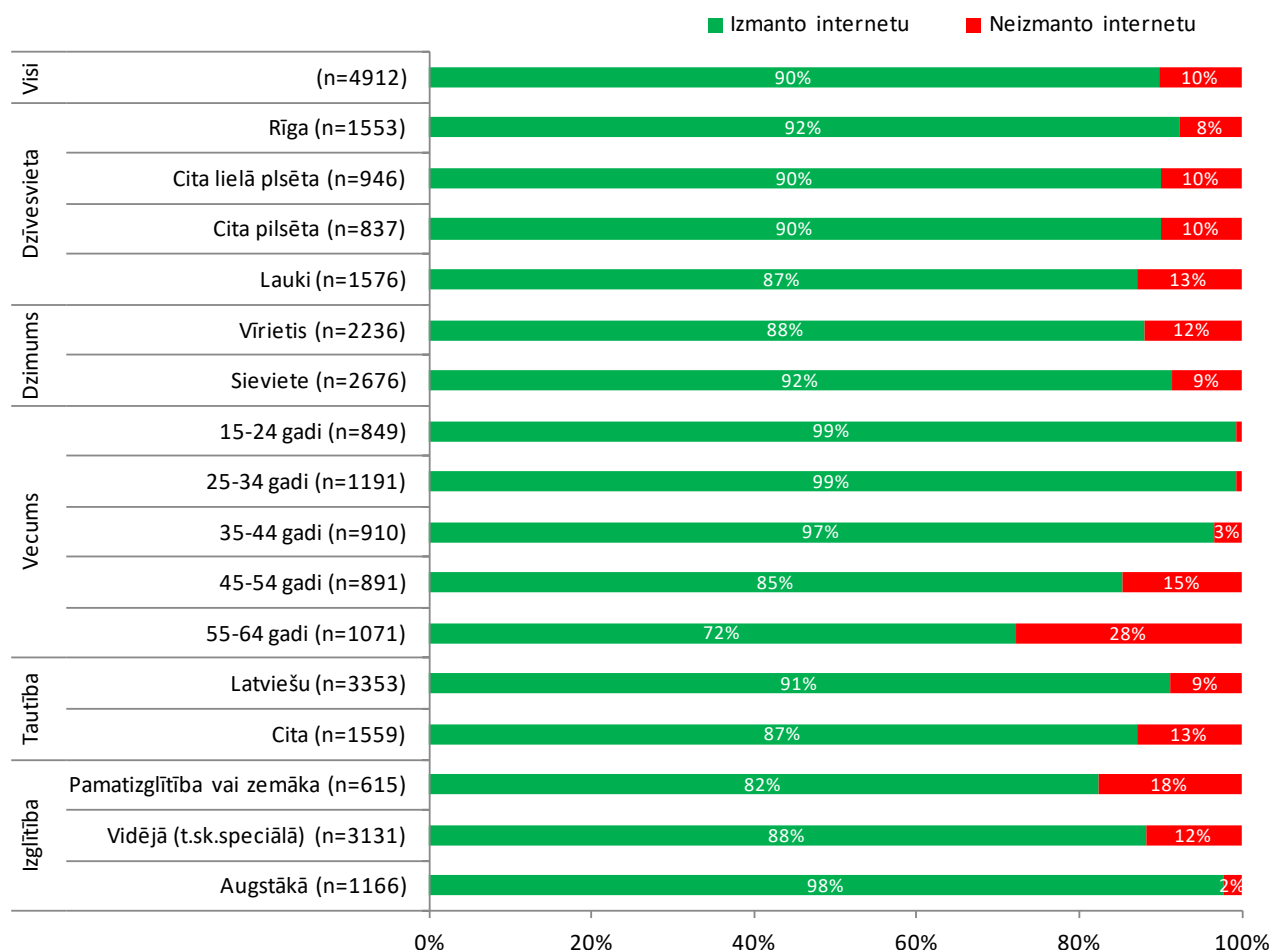
³⁵ Skatīt, piemēram,

- <https://www.theguardian.com/technology/2014/jan/17/kids-in-app-purchases-apps-parents>
- <https://www.marktwaechter.de/pressemeldung/marktwaechter-mahnen-hohe-app-kaeufe-spiele-apps-fuer-kinder-ab>

4.3. INTERNETA LIETOŠANAS PARADUMI

Interneta lietošana skar daudz augstāku sabiedrības īpatsvaru, salīdzinot ar azartspēlēm un loterijām. Turklāt tā lietošana ir saistīta arī ar ikdienas darbībām. Kā norāda eksperti, interneta tehnoloģiju ienākšana ietekmē gan kognitīvos procesus un prasmes, gan rada jauna veidu attiecību kultūru. Pārmērīgas interneta lietošanas un procesu atkarības saikne nav viennozīmīgi vērtēta arī starptautiskos pētījumos, jo ir salīdzinoši grūtāk nekā citu procesu gadījumā novilkt robežu un noteikt, kādi parametri viennozīmīgi raksturotu problēmas, vai šīs problēmas saistītas ar atkarību medicīniskā izpratnē. Arī šī pētījuma ietvaros veiktās intervijas rāda līdzīgu ainu, kur, kaut arī interneta lietošanu gan speciālisti, gan lietotāji skata kā vietumis problemātisku, tomēr biežāk saista ar vispārējām bažām vai prognozēm par tehnoloģiju ietekmi uz cilvēku dzīvi nevis atkarībām. Interneta lietošanas paradumu izvērtēšanā kā problemātiska tika minēta gan sociālo tīklu, gan iepazīšanas portālu un pat ziņu portālu pārmērīgi bieža lietošana, kas ilustrē, ka kā problemātisks tiek skatīts patērētais saturs un interneta lietošanas nolūks nevis pats lietošanas fakts vai ilgums.

4.32.attēls. Interneta izmantošana



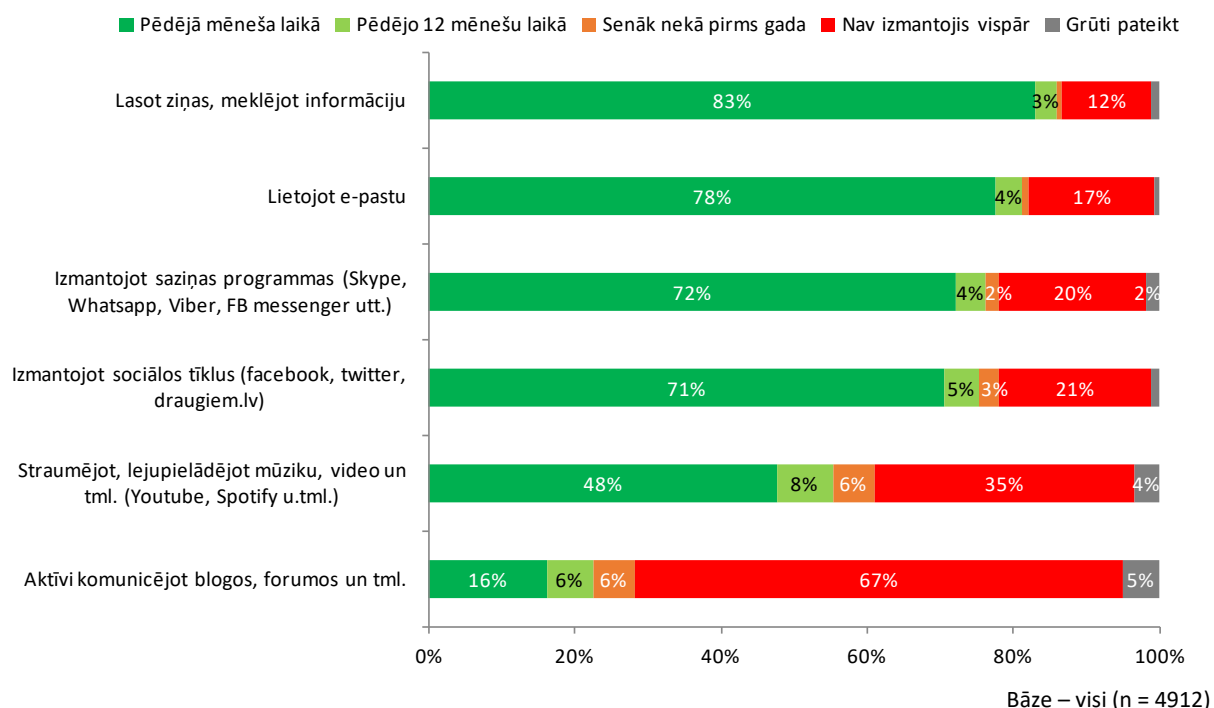
Saskaņā ar pētījuma datiem internetu izmanto 90% respondentu (skatīt 4.32.attēlu). Augstākais interneta lietotāju īpatsvars ir Rīgā, kur to nelieto vien 8% respondentu. Salīdzinājumam – laukos tādu ir 13%. Gandrīz visi jaunieši lieto internetu, bet 55-64 gadu vecuma grupā respondentu, kas norāda, ka lieto internetu, īpatsvars ir viszemākais – 72%. Neskatoties uz interneta lietotāju augsto īpatsvaru jauniešu vidū, kopumā respondenti ar zemāku izglītības līmeni internetu lieto salīdzinoši retāk.

Nedaudz biežāk internetu izmanto sievietes (92%) un latvieši (91%). Interneta lietošana ir salīdzinoši demokrātisks paradums, jo ienākumu nevienlīdzība to būtiski neietekmē.

4.3.1. Interneta lietošanas veidi

Interneta izmantošana ir regulārs paradums – lielākā daļa respondentu internetu izmantojuši pēdējā mēneša laikā (skatīt 4.33.attēlu). 87% interneta lietotāju tajā meklējuši informāciju un lasījuši ziņas, bet 83% to pašu darījuši pēdējā mēneša laikā. Nākošā populārākā funkcija ir e-pasta lasīšana (82%, tai skaitā 78% pēdējā mēneša laikā), kam seko interneta saziņas programmas (78%; 72% pēdējā mēneša laikā) un sociālie tīkli (arī 78%, bet 71% pēdējā mēneša laikā).

4.33.attēls. Cik sen pēdējoreiz izmantots internets norādītajiem mērķiem



61% respondentu straumējuši vai lejuplādējuši mūziku un video, turklāt gandrīz puse (48%) – pēdējā mēneša laikā. Savukārt tikai neliela daļa (28%, bet 16% – pēdējā mēneša laikā) radījuši interneta saturu komunicējot blogos, forumos.

Vērtējot pēc aptuvenā laika, ko pētījuma dalībnieki norādījuši katrai no šīm interneta aktivitātēm, konstatējams, ka vismazāk laika tiek patērēts e-pastam – no tiem, kas to lietojuši pēdējā mēneša laikā, 85% teikuši, ka tas aizņēmis mazāk par stundu dienā. Otrā galējība bijuši mūzikas un video lejuplāde vai straumēšana – tikai 36% no tiem, kas to pēdējā mēneša laikā darījuši, teikuši, ka šai aktivitātei pieticis ar laiku, kas mazāks par stundu, bet 29% nosaukuši laiku, kas pārsniedz 2 stundas dienā.

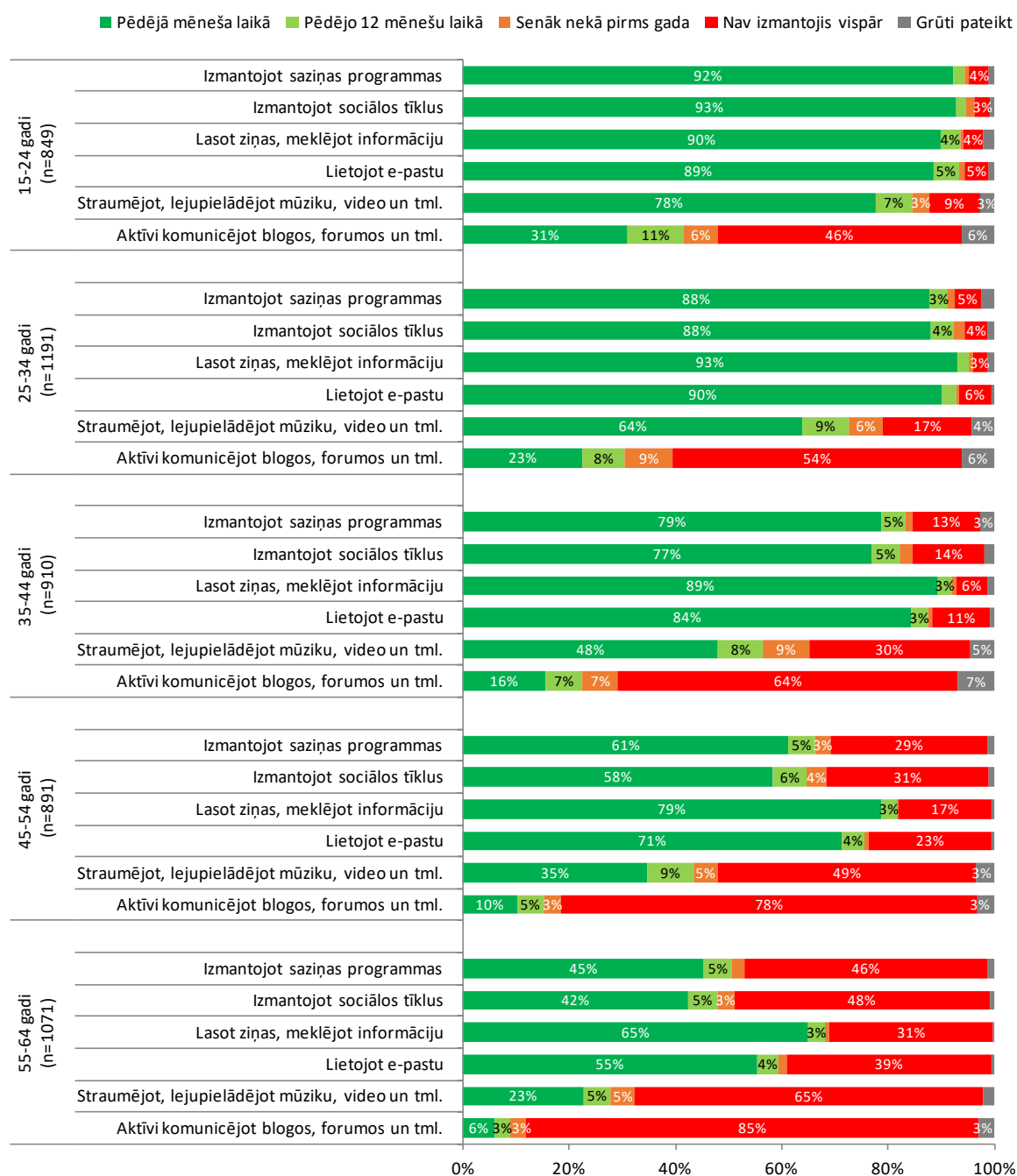
4.3.2. Interneta lietotāju profils

Raksturojot iedzīvotājus pēc interneta lietošanas paradumiem, būtiskas atšķirības starp respondentiem novērojamas vecuma, dzimuma un izglītības līmeņa griezumos, kuras šeit apskatīsim sīkāk.

4.3.2.1. Vecums

Lai arī jaunieši ir aktīvāki interneta lietotāji kopumā, tomēr ne visi to dara vairākas reizes dienā – 34% no jauniešiem 15-24 gadu vecumā aptaujā norādījuši, ka nevienā no tiem veidiem, kas anketā piedāvāti, ikdienā vairākas reizes dienā internetu nav lietojuši (skatīt 4.34.attēlu).

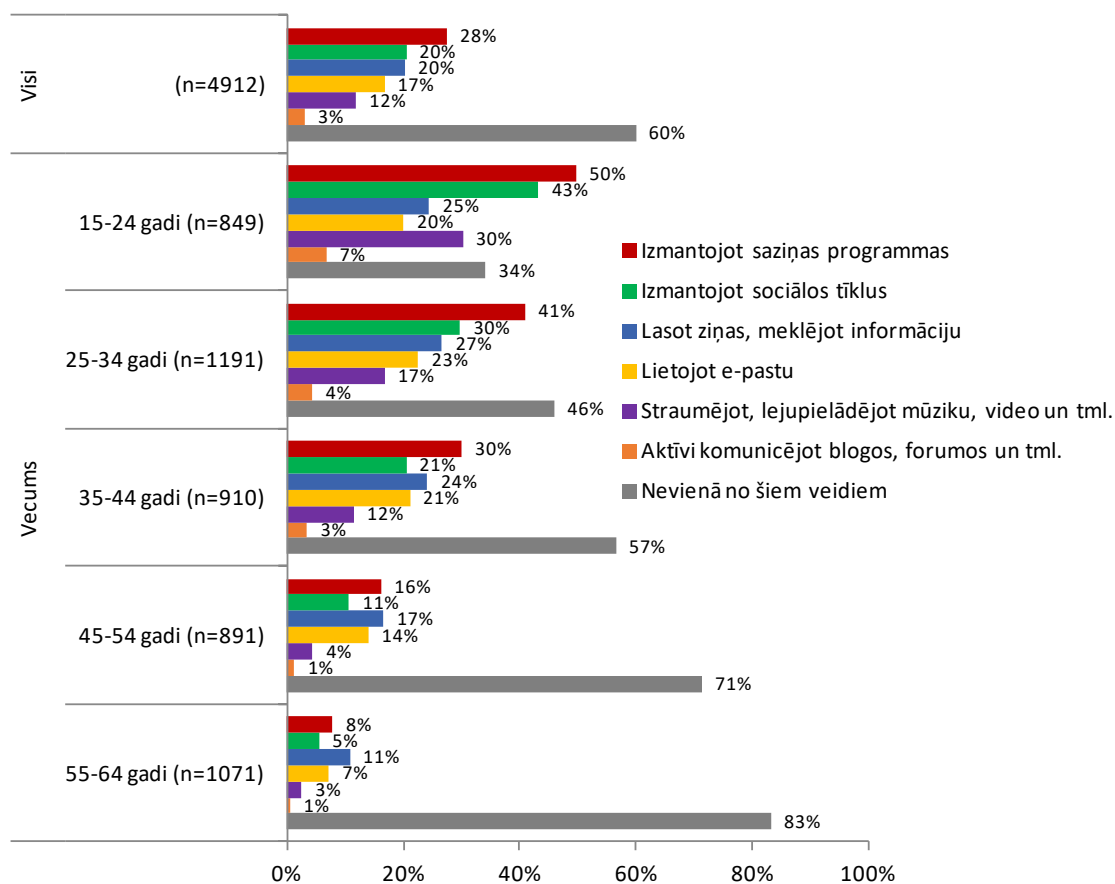
4.34.attēls. Cik sen pēdējoreiz izmantots internets norādītajiem mērķiem – vecuma grupu griezumā



Vispopulārākais interneta lietošanas veids 15-24 gadu vecuma grupā ir sociālie tīkli, kam tūlīt seko dažādas saziņas programmas (skatīt 4.34.attēlu). Tomēr, ja vērojam lietošanas biežumu (skatīt 4.35.attēlu) nevis kopējo popularitāti, redzam, ka sociālās saziņas programmas vairākas reizes dienā lietojuši 50% jaunākās vecuma grupas pārstāvju, kamēr sociālos tīklus – 43%. Šī grupa uz kopējā fona ļoti izceļas attiecībā uz mūzikas un video lejuplādi un straumēšanu – ja pārējās vecumgrupās tā ir ievērojami mazāk populāra aktivitāte, salīdzinot ar saziņas programmām, sociālajiem tīkliem, ziņu lasīšanu un e-pastu lietošanu, tad jaunākajā grupā – gandrīz tikpat populāra (skatīt 4.34.attēlu), savukārt tādu jauniešu, kas mūzikas un video lejuplādi praktizē vairākas reizes dienā, ir pat vairāk nekā to, kas vairākas reizes dienā lasītu ziņas vai izmantotu e-pastus (skatīt 4.35.attēlu).

Nākamā (25-34 gadu) vecumgrupa visbiežāk norādījuši, ka internetu izmantojusi ziņu lasīšanai un informācijas meklēšanai. Viņu vidū šī aktivitāte ir pat populārāka nekā jaunākajā grupā (skatīt 4.34.attēlu), un arī tādu, kas internetu šiem mērķiem izmanto vairākas reizes dienā, šajā grupā ir vairāk (skatīt 4.35.attēlu).

4.35.attēls. *Internetu minētajiem mērķiem vairākas reizes dienā izmantojušo īpatsvars pēdējo 12 mēnešu laikā – vecuma grupu griezumā*



Arī visās nākamajās vecumu grupās populārākā aktivitāte ir ziņu lasīšana un informācijas meklēšana (skatīt 4.34.attēlu), tāpat tā, salīdzinot ar citām aktivitātēm, biežāk tiek praktizēta vairākas reizes dienā (skatīt 4.35.attēlu). Ar katru nākamo vecumgrupu šī aktivitāte komplektā ar e-pasta lietošanu arvien vairāk izceļas uz pārējo aktivitāšu fona popularitātes ziņā (skatīt 4.34.attēlu). Tiesa, ja atsevišķi apskata aktīvo interneta lietotāju segmentu (tādu, kas to lieto vairākas reizes dienā), tad saziņas programmas

tiek lietotas vismaz tikpat bieži, bet vidējā vecuma grupā (35-44 gadi) – pat biežāk, bet tālu no tā neatpaliek arī sociālo tīklu lietošana (skatīt 4.35.attēlu).

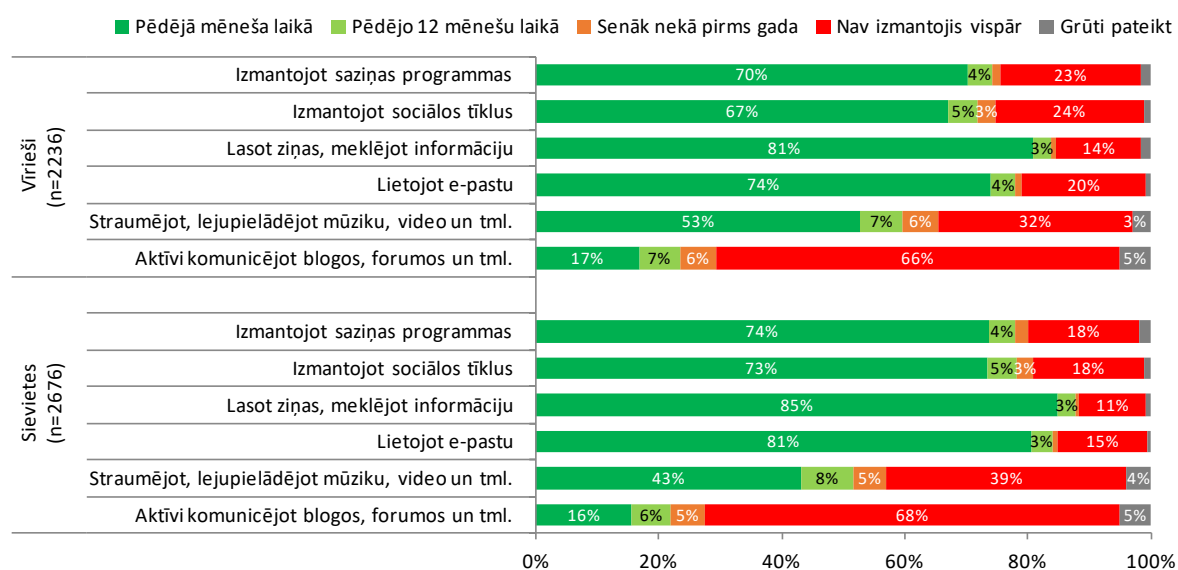
Aktīva komunikēšana blogos un forumos, salīdzinot ar pārējiem šeit apskatītajiem interneta lietošanas veidiem, ir salīdzinoši reta parādība visās vecumgrupās – pat jaunākajā vecuma grupā to, ka šādi būtu lietojuši internetu, norāda mazāk par pusi (skatīt 4.34.attēlu), bet to, ka to praktizētu katru dienu, saka tikai 7% (skatīt 4.35.attēlu). Kopumā ar katru nākamo vecumgrupu šāda aktivitāte kļūst arvien mazāk populāra (skatīt 4.34.attēlu), un arvien retāk ir tādu, kas to darītu katru dienu (skatīt 4.35.attēlu).

Vecākajā vecumgrupā (55-64 gadi) interneta lietošana ir salīdzinoši reta – tādu, kas vispār neizmanto internetu gan ir tikai 28% (skatīt 4.32.attēlu), taču tādu, kas to nevienā no anketā piedāvātajiem veidiem neizmanto vairākas reizes dienā – 83% (skatīt 4.35.attēlu).

4.2.3.2. Dzimums

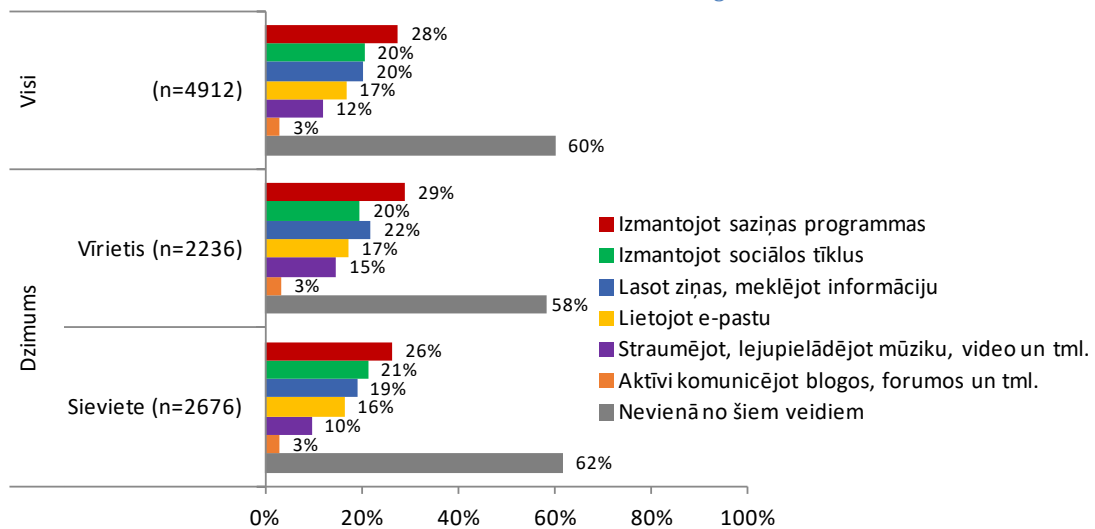
Atšķirības interneta lietošanas paradumos pēc dzimuma pastāv (skatīt 4.36.attēlu), tomēr, salīdzinot ar nupat apskatītajām atšķirībām pēc vecuma, tās ir niecīgas – vien dažī procentpunkti uz vienu vai otru pusi.

4.36.attēls. Cik sen pēdējoreiz izmantots internets norādītajiem mērķiem – dzimumu griezumā



Taču, ja vērojam, cik liela daļa abu dzimumu pārstāvju ir starp biežiem interneta lietotājiem – tiem, kas to vai citu aktivitāti internetā tipiski veic vairākas reizes dienā (skatīt 4.37.attēlu), tad šeit jau vīriešu proporcija ir augstāka visur, izņemot sociālo tīklu lietotājus. Tiesa, kā jau minēts – atšķirības ir vien par dažiem procentpunktiem, tādējādi nebūtu pamata uzskatīt, ka pastāv tipiski vīriešu un tipiski sieviešu interneta izmantošanas veidi.

4.37.attēls. Internetu minētajiem mērķiem vairākas reizes dienā izmantojušo īpatsvars pēdējo 12 mēnešu laikā – dzimumu griezumā



4.2.3.3. Izglītības līmenis

Arī starp tiem, kas internetu ikdienā izmanto vairākas reizes dienā, biežāk pārstāvēti cilvēki ar augstāku izglītības līmeni (skatīt 4.19.attēlu). Taču augstais jauniešu īpatsvars starp tiem, kas nav ieguvuši vidējo izglītību, rada efektu, ka vairums interneta aktivitāšu tiem, kam ir pamatzglītība vai zemāks izglītības līmenis, te ir raksturīgāks nekā tiem, kam vidējā izglītība. Izņēmums ir vienīgi informācijas meklēšana un ziņu lasīšana, kas mazāk raksturīga gan jauniešiem, gan cilvēkiem ar zemāku izglītības līmeni, tādējādi cilvēki ar vidējo izglītību to vairākas reizes dienā dara biežāk.

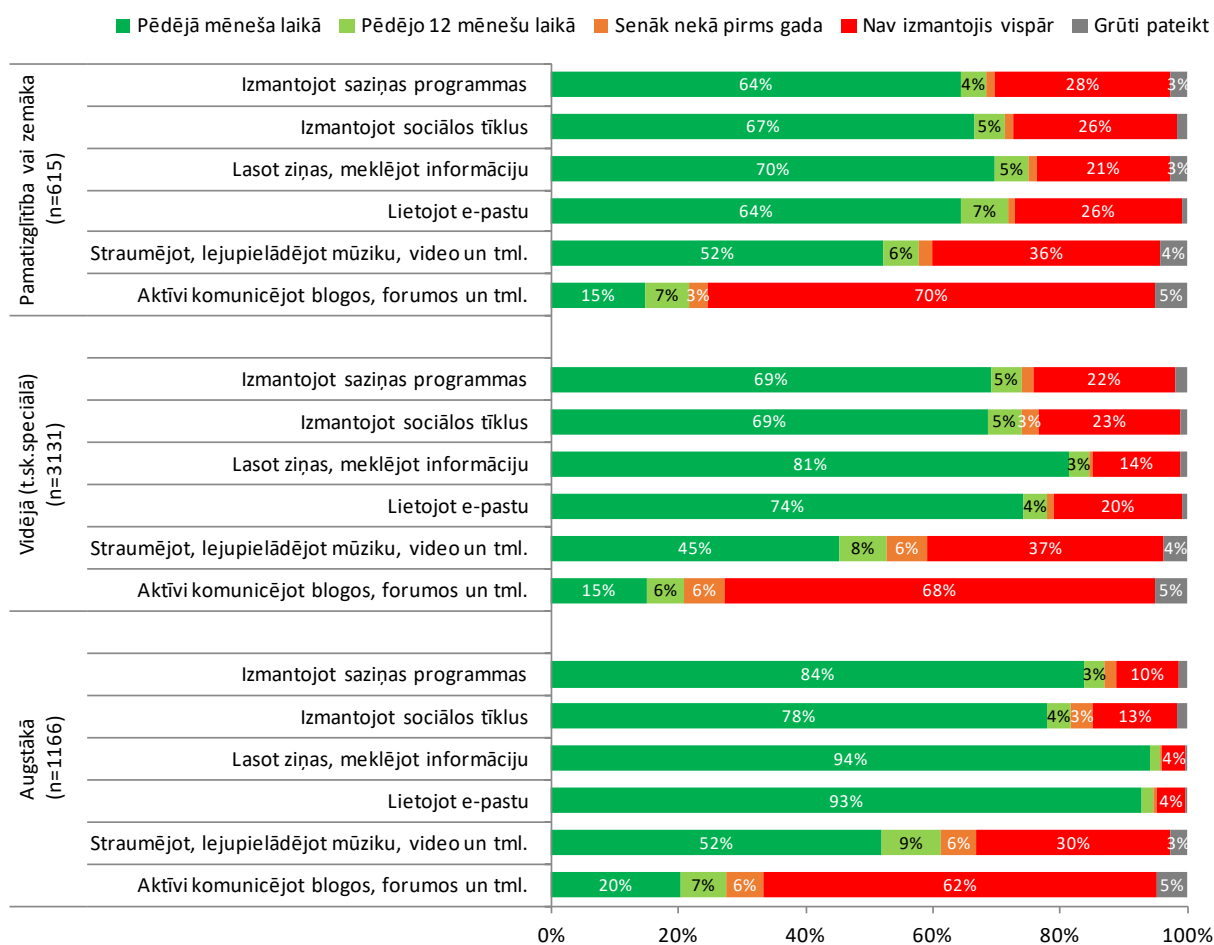
Gandrīz uz visiem interneta izmantošanas veidiem, kurus šeit apskatām, attiecas likumsakarība, ka tie, kuru izglītības līmenis ir augstāks, arī norāda, ka internetu vispār izmantojuši vai izmantojuši pēdējā mēneša laikā biežāk, savukārt tie, kuru izglītības līmenis ir zemāks – attiecīgi retāk (skatīt 4.38.attēlu).

Izņēmums ir vienīgi mūzikas un video straumēšana, kur cilvēki ar vidējo izglītību retāk par citiem norādījuši, ka to darījuši vispār vai pēdējā mēneša laikā – taču šādu efektu rada divu mainīgo pretdarbība, vienam otru absorbējot – no vienas puses tas ir noteikts intelektuālais līmenis, kas vairumā gadījumu tiek reprezentēts ar attiecīgu izglītības līmeni, no otras – respondentu vecums, kas iespaido to, kāds izglītības līmenis var būt sasniegts. Līdz ar to augstāks mūzikas un video straumētāju īpatsvars ir gan starp personām ar pamatzglītību vai zemāku izglītības līmeni (tur vairāk jauniešu), gan starp personām ar augstāku izglītības līmeni (tur vairāk tādu, kas prot šādi informāciju iegūt un zina, kā to pielietot).

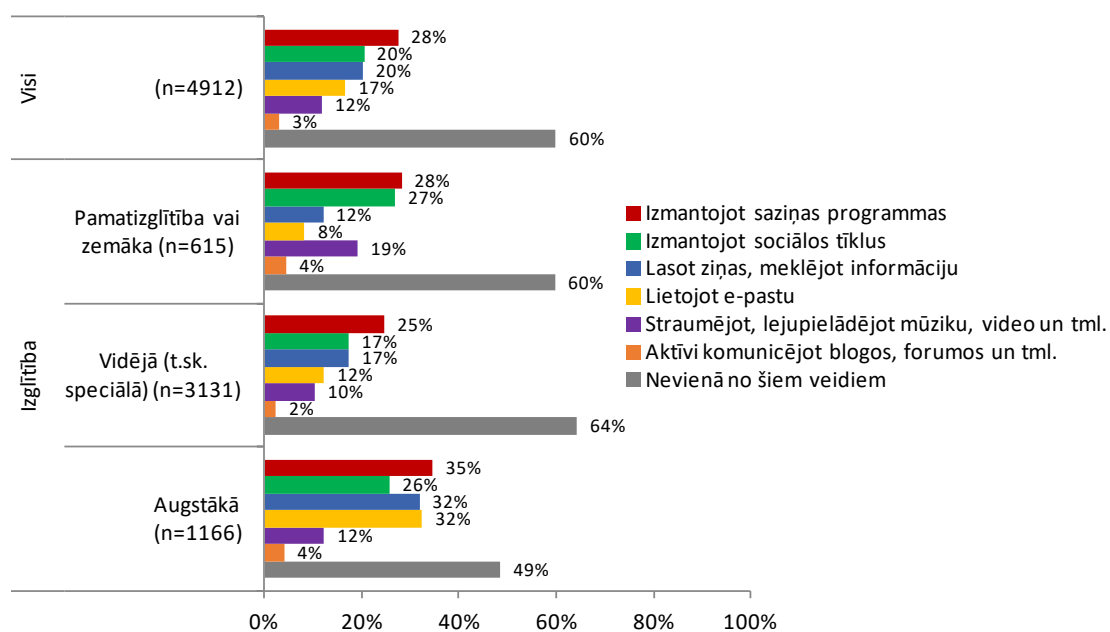
Personām ar augstāko izglītību raksturīgs, ka ir gandrīz neiespējama situācija, kad internetā netiktu meklēta informācija, lasītas ziņas, kā arī izmantots e-pasts (to, ka to nav darījuši saka vien 4%).

Arī starp tiem, kas internetu ikdienā izmanto vairākas reizes dienā, biežāk pārstāvēti cilvēki ar augstāku izglītības līmeni (skatīt 4.39.attēlu). Taču augstais jauniešu īpatsvars starp tiem, kas nav paspējuši iegūt vidējo izglītību, rada efektu, ka vairums biežu – vairākas reizes dienā praktizētu – interneta aktivitāšu tiem, kam ir pamatzglītība vai zemāks izglītības līmenis, ir raksturīgāks nekā tiem, kam vidējā izglītība. Izņēmums ir vienīgi informācijas meklēšana un ziņu lasīšana, kas mazāk raksturīga gan jauniešiem, gan cilvēkiem ar zemāku izglītības līmeni, tādējādi cilvēki ar vidējo izglītību to vairākas reizes dienā dara biežāk.

4.38.attēls. Cik sen pēdējoreiz izmantots internets norādītajiem mērķiem – izglītības līmeņu griezumā



4.39.attēls. Internetu minētajiem mērķiem vairākas reizes dienā izmantojušo īpatsvars pēdējo 12 mēnešu laikā – izglītības līmeņu griezumā



Sociālie tīkli, kā arī mūzikas un video lejuplāde vai straumēšana ir tās aktivitātes, kur ikdienas lietotāju starp tiem, kam pamatizglītība vai zemāka, pat ir proporcionāli vairāk nekā starp tiem, kam augstākā

izglītība. Ja sociālo tīklu lietošana kopumā ir salīdzinoši demokrātiskāks interneta izmantošanas veids (starp personām ar augstāko izglītību 13% norādījuši, ka tos nav izmantojuši vispār, kas nereti var būt apzināta izvēle – skatīt 4.38.attēlu), tad mūzikas un video straumēšanas gadījumā skaidrojums atkal saistāms ar augstu jauniešu īpatsvaru starp tiem, kas nav vēl ieguvuši vidējo izglītību.

Lai mērītu interneta lietošanas izraisīto kaitējumu, respondentiem tika vaicāts pašvērtējums un pielietota Jangas interneta atkarības skalas versija. Savukārt intervijās tika noskaidrots ekspertu un lietotāju vērtējums par kaitējumu, kas saistīts ar interneta lietošanu.

4.3.3. Skatījums uz interneta lietošanas radīto kaitējumu

Ja videospēļu gadījumā kaitējums tiek skatīts pamatā individuālā līmenī, tad attiecībā uz interneta lietošanu pētījuma dalībnieki lielākoties runā par kaitējumu, kas tiek nodarīts sabiedrībai vai ģimenei, domājot par reālajai saziņai atņemto laiku. Interneta lietošana ietekmē attiecību kvalitāti ar līdzcilvēkiem, turklāt virtuālā saziņa tiek vērtēta kā zemākas kvalitātes process:

Satiecies FB un neaizej uz to īsto satikšanos, aizvieto. Attiecības jau kļūst savādākas, tu jau... Tas ir savādāk – runā klātienē vai rakstīt kaut kādas tur... (Sieviete 36 gadi)

No otras puses, kaitējums tiek saskatīts izmaiņās, kas rodas pašā cilvēkā pārmērīgas interneta lietošanas rezultātā, liekot ciest cilvēka sociālām prasmēm un spējai komunicēt fiziskajā realitātē:

Droši vien, ka, veidojot tiešu komunikāciju aci pret aci, nereti ir jūtams, ka ir grūtāk noformulēt domu, bet, tā kā komunikācija ir notikusi vairāk rakstveidā caur internetu, caur telefonu, un brīdī, kad ir nopietnāka saruna vai saruna kā tāda, tad ar mazāk pazīstamiem cilvēkiem komunikāciju, kontaktu veidot ir grūtāk nekā, ja tas būtu rakstveidā caur telefonu vai datoru. (Vīrietis, 34 gadi)

Kā problemātiska tiek skatīta virtuālā saziņa kopumā, neatkarīgi no izmantotās ierīces vai tā, kas, pavadot laiku internetā, tiek darīts. Problematizēti tiek uzvedības modeļi nevis ierīce vai saturs, kurš tiek patērēts. Tā, piemēram, neatkarīgi no tā, vai dienā vairākas stundas tiek patērētas tam, lai iepazītos ar jaunāko ziņu virsrakstiem vai pavadītu laiku sociālajos tīklos, abi šie uzvedības veidi tiek skatīti kā problemātiski un nosodāmi galvenokārt tāpēc, ka šī nodarbe atņem laiku saziņai reālajā vidē un netiek definēti kā lietderīgi. Kopumā racionālam un lietderīgam mērķim paredzēta interneta lietošana nav skatīta kā problemātiska. Pētījuma dalībnieki norāda, ka interneta lietošana ir saistīta ar mūsdienu mainīgo komunikācijas un darba vidi, kurā internetam tiek piešķirta aizvien lielāka loma:

(..) no interneta, man liekas, ir lielāka atkarība nekā no spēlēm, jo bez interneta, ja kādam nav, visa dzīve apstājas pilnīgi. Cilvēks neko vairāk nevar izdarīt. Ne bankas maksājumus, neko, neko. Nerunājot par sēdēšanu visādos sociālos. (Fokusgrupu diskusija, Vīrietis, 45 gadi)

Līdzīgi kā tālāk aplūkoti problemātiskiem videospēļu spēlēšanas paradumiem šeit vērojama situācija, ka problemātiskās interneta lietošanas epizodes tiek saistītas ar prasmju trūkumu saistībā ar laika plānošanu, stresa menedžmentu vai attiecību veidošanu. Šajos gadījumos videospēļu spēlēšana un pastiprināta interneta lietošana bieži pārklājas, abiem resursiem kalpojot par atbalsta mehānismu kādas problēmas risināšanā, kuram gan vienmēr līdzās ir risks tam pārtapt par daļu no problēmas. Tā, piemēram, pārmērīgi bieža un neracionāla ziņu pārbaudīšana telefonā var būt risinājums stresam

darbavietā, ļaujot atslēgties no problēmām, taču tā rada papildus problēmas, liekot nodarbei tērēt atpūtai vai ģimenei paredzēto laiku.

Vienlaikus, interneta lietošanas paradumu apraksts pētījuma kvalitatīvajā materiālā liecina, ka ar viedierīču lietošanu tiek aizpildīts t.s. "tukšais" laiks, ko personas pavada ceļā:

...bet man laiks uz darbu turpu šurpu aizņem trīs stundas dienā, līdz ar to es sēžu internetā, feisbukā, Delfos un visos medijos. (Fokusgrupu diskusija, sieviete, 40 gadi)

Līdz ar to laika lietderīgas pavadīšanas imperatīvs vienlaikus arī veicina viedierīču lietošanu un intensificē dienas režīmu. Paši interneta lietotāji diskusijā atzīst, ka kaitējumu nodara nevis viedierīču intensīva lietošana, bet gan līdzsvara trūkums starp dažāda veida nodarbēm.

Interneta atkarības cēloņiem visvairāk izteikumu veltīts pētījuma ietvaros analizēto mediju rakstos, kas liecina, ka tas ir visatpazītākais process, taču paši izteikumi ir gana viendabīgi, pamatā izvirzot divus saistītus cēloņus:

1. reālo sociālo attiecību trūkumu, ko izraisa vecāku nevērība pret bērnu un laika trūkums attiecību veidošanai;
2. virtuālās realitātes sniegtās iespējas identitātes maiņai un daudzveidībai. Tiesa, iespējas tiek prezentētas arī kā to pretpols – citu cilvēku virtuālo reprezentāciju vērošana var izraisīt nomāktību un citas negatīvas sajūtas:

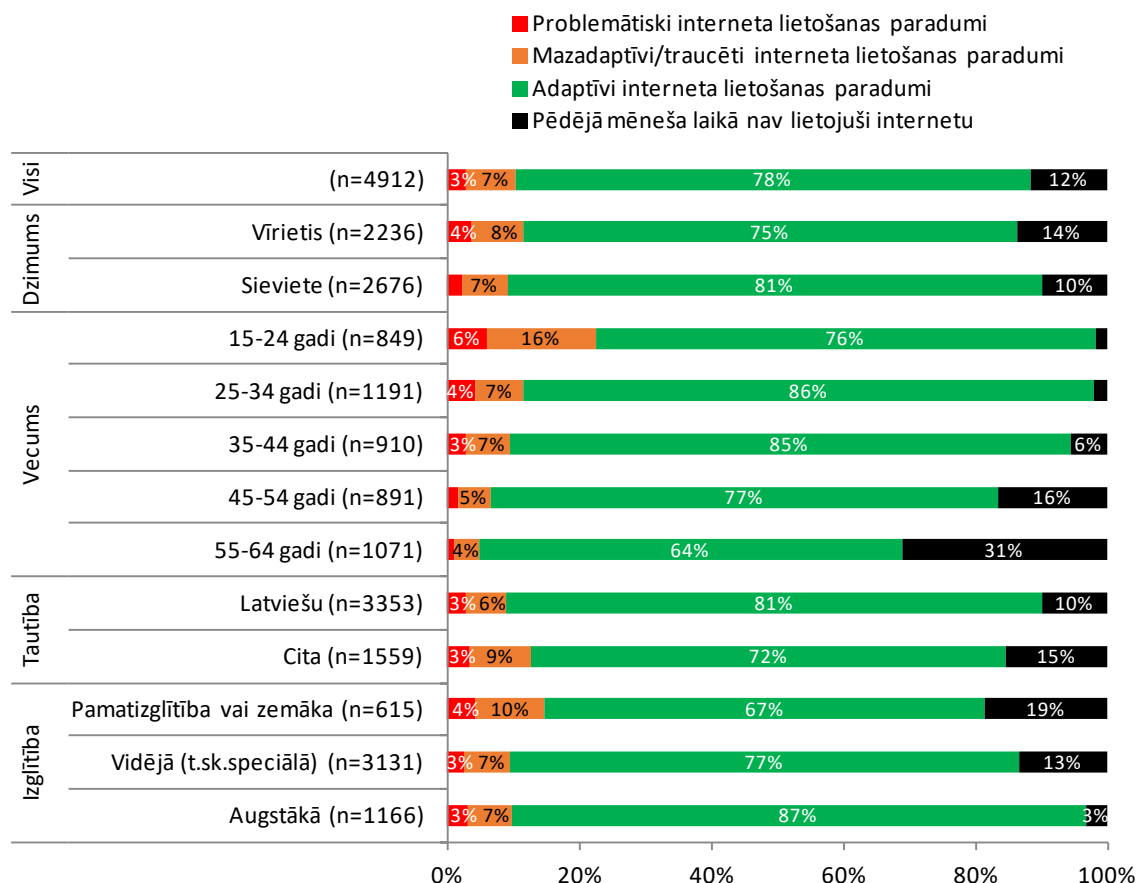
4.3.3.1. Problemātiskas interneta lietošanas paradumu mērīšana ar Jangas skalā

Izmantojot starptautisku pieredzi problemātiskas interneta lietošanas identificēšanai, Jangas skalā tiek skaitītas pozitīvās atbildes uz astoņiem jautājumiem:

1. Vai jūtaties pārņemts ar internetu (domājat par iepriekšējo tiešsaistes aktivitāti vai gaidāt nākamo tiešsaistes sesiju)?
2. Vai jūtat nepieciešamību aizvien ilgāk izmantot internetu, lai gūtu gandarījumu?
3. Vai esat vairākkārt neveiksmīgi mēģinājis kontrolēt, pārtraukt interneta izmantošanu vai samazināt tā izmantošanas laiku?
4. Vai jūtaties nemierīgs, skumjš, apbēdināts vai viegli aizkaitināms, kad mēģināt samazināt interneta izmantošanas laiku vai beigt to izmantot?
5. Vai tiešsaistē paliekat ilgāk, nekā sākotnēji plānojat?
6. Vai interneta dēļ esat pakļāvis briesmām vai riskējis zaudēt nozīmīgas attiecības, darbu, izglītības vai karjeras iespējas?
7. Vai esat ģimenes locekļiem, ārstam, psihologam vai citiem melojis, lai noslēptu to, cik bieži un kādā apmērā izmantojat internetu?
8. Vai jūs izmantojat internetu, lai izbēgtu no savām problēmām vai uzlabotu garastāvokli (piemēram, mazinātu bezpalīdzības, vainas, trauksmes, nomāktības izjūtu)?

Atkarībā no iegūtās punktu summas personas tiek iedalītas tādās, kurām ir adaptīvi interneta lietošanas paradumi (respektīvi, problēmu nav), tādās, kurām ir mazadaptīvi/traucēti paradumi, kā arī tādās, kurām šie paradumi ir problemātiski³⁶.

4.40.attēls. Jangas interneta atkarības skala



Pielietojot šo skalu (skatīt 4.40.attēlu), iespējams konstatēt, ka **problemātiski interneta** lietošanas paradumi ir aptuveni **3%** respondentu, bet mazadaptīvi, traucēti paradumi – **7%**. Nedaudz biežāk problemātiski paradumi ir vīriešiem (4%), retāk sievietēm (2%). Būtiskāk interneta lietošanas radītais kaitējums skar jaunus cilvēkus. Tā 16% 15-24 gadu vecu jauniešu konstatējami mazadaptīvi, traucēti interneta lietošanas paradumi, bet 6% tie ir problemātiski. 25-34 gadu vecuma grupā šī attiecība ir 7% un 4%, bet 55-64 gadu grupā – 4% un 1%. Vecums zināmā mērā ietekmē arī izglītības griezuma rādītājus – salīdzinot izglītības līmeņus, redzam, ka 10% respondentu ar pamata vai zemāka līmeņa izglītību konstatēti traucēti, bet 4% problemātiski interneta lietošanas paradumi. Neliela saistība konstatējama arī ar tautību – nelatviešiem mazliet biežāk raksturīgi mazadaptīvi interneta lietošanas paradumi, lai arī starp viņiem ir vairāk arī tādu, kas pēdējā mēneša laikā vispār internetu nav lietojuši.

Jangas interneta atkarības skala visizteiktāk korelē ar stundu skaitu, kas pēdējo 30 dienu laikā pavadīts lietojot sociālos tīklus (Spīrmena korelācijas koeficienta vērtība ir 0,239), blogus un forumus (0,240), kā arī straumējot un lejuplādējot mūziku un video (0,228). Ar ilgstošu informācijas meklēšanu un ziņu lasīšanu, kā arī sociālo saziņas programmu lietošanu korelācija jau ir zemāka (Spīrmena korelācijas koeficienta vērtības attiecīgi 0,187 un 0,156), bet ar e-pasta lietošanu – vēl zemāka (tikai 0,077).

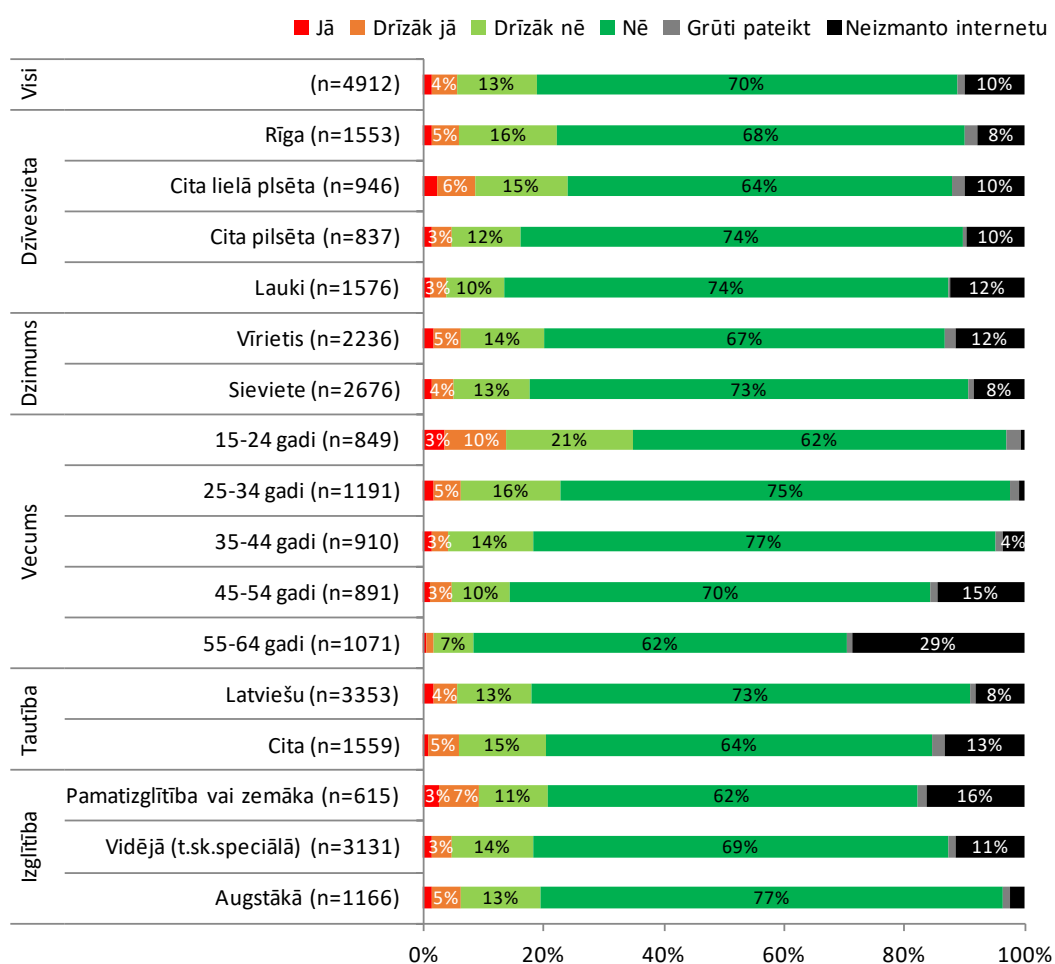
³⁶ Sīkāk skatīt metodoloģijas sadaļu.

4.3.3.2. Tiešs pašvērtējums interneta lietošanas paradumiem

Pašvērtējuma skala (atbildes uz jautājumu “Vai jūs kādreiz esat domājis, ka jums ir problēmas ar pārmērīgu interneta lietošanu?”) uzrāda līdzīgas tendences kā Jangas skala, taču ar zemākām vērtībām (skatīt 4.41.attēlu). Kopumā 2% no visiem respondentiem uz šo jautājumu atbild ar “jā”, 4% ar “drīzāk jā”, bet 13% ar “drīzāk nē”. Visciešākās sakarības varam vērot ar vecumu – 15-24 gadu vecuma grupā to, ka problēmas pastāv, atzīst 14% respondentu (tai skaitā 10% drīzāk piekrit), bet 21% teicis “drīzāk nē”. Pieaugot vecumam, pozitīvo atbilžu īpatsvars samazinās, taču, sākot no vidējās vecuma kategorijas (35-44 gadi), tas galvenokārt ir uz to personu rēķina, kuras internetu nav lietojušas vispār.

Uz problēmām biežāk norāda Rīgas un citu lielāko pilsētu iedzīvotāji, kā arī cilvēki ar zemāku izglītību (te atkal jāņem vērā, ka grupā “pamatizglītība vai zemāka” ir plaši pārstāvēti jaunieši, kas augstāku izglītības līmeni iegūt vēl navaspējuši). Starp personām ar augstāko izglītību (atšķirībā no tiem kam vidējā izglītība vai vēl zemāka) gandrīz nav tādu, kas neizmanto internetu, tomēr atbilde “nē” uz jautājumu par to, vai domājuši, ka ir problēmas, sniegta ievērojami biežāk nekā citiem – 77% gadījumā).

4.41.attēls. Vai ir kādreiz domājuši, ka viņiem ir problēmas ar pārmērīgu interneta lietošanu



Atšķirības pēc dzimuma un tautības starp tiem, kas atzīst, ka problēmas pastāv, ir minimālas, taču nepārprotamu “nē” biežāk uz šo jautājumu atbildējušas sievietes (73% pret 67% vīriešu gadījumā), bet ievērojami biežāk – latvieši (73% pret 64% citu tautību pārstāvju gadījumā).

Korelācija ar stundu skaitu, kas pēdējo 30 dienu laikā pavadīts, izmantojot internetu, ir līdzīga tai, kas konstatēta Jangas interneta atkarības skalas gadījumā, tomēr ir novērojamas noteiktas atšķirīgas nianšes. Visizteiktāk pašvērtējums, ka pastāv problēmas, saistās ar augstu stundu skaitu, kas pavadīts sociālajos tīklos (Spīrmena korelācijas koeficienta vērtība ir 0,285). Jau zemākas korelācijas koeficienta vērtības varam novērot ar mūzikas un video straumēšanu un lejuplādi (0,207), kā arī komunikāciju blogos un forumos (0,191) un saziņas programmu izmantošanu (0,187).

Ļoti tālu no šīs vērtības nav arī korelācijas koeficienta vērtība ar ziņu lasīšanu un informācijas meklēšanu (0,166). Un vienīgi e-pasta lietošana (visticamāk tas saistās ar faktu, ka e-pastā objektīvi vairumam cilvēku ārpus darba vajadzībām ir grūti pavadīt vairākas stundas dienā) uzrāda ievērojami zemāku Spīrmena korelācijas koeficienta vērtību (0,105).

4.4. LĪDZATKARĪBA

Kaut arī kopumā līdzatkarības koncepta pielietošana procesu atkarību analīzē tiek vērtēta neviennozīmīgi (Anderson et al., 2018), azartspēļu atkarībai ir negatīva ietekme uz atkarīgās personas līdzcilvēkiem, paplašinot procesu atkarības ietekmēto personu loku. Intervijās iegūtie dati liecina, ka atkarīgo personu līdzcilvēkiem bieži ir būtiska loma tajā, vai atkarīgā persona meklēs palīdzību un cik veiksmīgs būs šis mēģinājums. Ģimenes ietekme nav viennozīmīga, jo problēmas tajā tiek skatītas kā cēlonis atkarību izcelsmei. Tā 67% respondentu aptaujā piekrita, ka audzināšana ģimenē ir galvenais iemesls atkarību izveidē.

Uzreiz jānorāda, ka ņemot vērā azartspēļu atkarības stigmatizēto dabu, lielākā daļa interviju dalībnieku nelabprāt runāja par ģimenes lomu un saistību ar viņu spēlēšanas paradumiem. Tāpat jāņem vērā, ka neviens no interviju dalībniekiem neatzina, ka šobrīd aktīvi ciestu no azartspēļu atkarības, bet lielākoties runāja pagātnes formā, ar vienu izņēmumu fokusgrupu diskusijā. Tādējādi, lai iegūtu datus par to, kā azartspēles ietekmē atkarīgās personas līdzcilvēkus, pētījumā esam iekļāvuši arī interviju ar personu, kuru varētu raksturot kā līdzatkarīgu viņas dēla azartspēļu atkarībā, kas mums ļāva iegūt daudz pietuvinātāku skatu uz šo situāciju:

Tas bija bezgalīgs laiks. Viņš zaudēja darbu. Ar tās naudas aizņemšanos. No savas kases paņēmot, viņš zaudēja darbu. Viņi novienojās, kā izdarīsies, un tas viss nokārtojās. A bankā jāmaksā ir. Kredīti jāmaksā, un man pensija cik liela? Maza! Man bankai vēl pašai jāmaksā. Māsa, viņa strādāja, ļoti izglītots cilvēks. Viņa strādāja tādā darbā, ko es negribu sacīt. Mēs esam tik daudz ierauti iekšā. Jūs zināt, es esmu ēdusi mājas gaļu apelējušu, ko man iedeva draudzenes tāpat... Zagusi es neesmu, bet esmu gājusi kā čigāns, nē, kā ubags, ubagojot. (Sieviete, 72 gadi)

Iegūtie dati liecina, ka gan atkarīgās personas, gan viņu tuvinieki ir gatavi ieguldīt būtiskus finanšu resursus un cita veida resursus, lai atkarību pārvarētu. Vienlaikus intervijā arī spilgti parādīja, ka iedzīvotājiem bieži trūkst informācijas par pieejamiem resursiem šādu problēmu risināšanā, un raksturoja no nezināšanas izrietošos sarežģījumus problēmas risināšanas procesā. No visiem piedāvātajiem risinājumiem, vienīgais ko izdevies pielietot, ir bijis dziednieka apmeklējums, kas ilustrē, ka izpratne par iespējamiem risinājumiem atkarīgajai personai var būt neliela.

Vēl viena īpatnība, kas konstatējama gadījumos ar spēļu automātu spēlēšanu, saistīta ar noslieci ar spēlēšanas problēmām saskarties gadījumos, ja spēlējuši arī ģimenes locekļi, norādot, ka arī līdzspēlēšana varētu būt viens no līdzcilvēku ietekmes veidiem. No tiem respondentiem, kas norāda, ka viņu tuviniekiem pēdējo 12 mēnešu laikā bijušas problēmas ar azartspēļu spēlēšanu, 25% norāda, ka paši pēdējo 12 mēnešu laikā spēlējuši spēļu automātus. Tad, ja tuviniekiem problēmas bijušas senāk, ne pēdējo 12 mēnešu laikā, tad uz spēļu automātu spēlēšanu pēdējo 12 mēnešu laikā norāda 20%, savukārt tad, ja tuviniekiem šādas problēmas nav bijušas – spēļu automātus pēdējo 12 mēnešu laikā spēlējuši jau ievērojami mazāk – 9%. Šādas sakarības nav vērojama abu loteriju veidu spēlētājiem.

Interviju materiāls rāda, ka spēlēšanas problēmas lielā mērā tiek skatītas kā iedzimtas. Proti, ja spēlēšanas problēmas ir bijušas ģimenei raksturīgas, tiek sagaidīts, ka tās varētu izpausties arī pēctečiem.

Lai noskaidrotu līdzatkarības problēmas izplatību un to raksturotu, pētnieki izmantoja atsevišķus jautājumus no Līdzatkarības novērtējuma instrumenta (*CODAT – Codependency Assessment Tool*; Hughes–Hammer et al. 1998), jo viss instruments ir pārāk apjomīgs, lai to iekļautu anketā. Respondentiem tika lūgts sniegt savu novērtējumu 7 apgalvojumiem:

- Es jūtu pienākumu un nepieciešamību palīdzēt citiem cilvēkiem risināt viņu problēmas (arī tad, kad tas netiek prasīts);
- Es cenšos kontrolēt notiekošo un citu cilvēku uzvedību;
- Es sevi vairoju visā kas ar mani notiek, tai skaitā par savām domām, sajūtām, izskatu, rīcību un uzvedību;
- Es slēpju savas emocijas (dusmas, izmisumu, skumjas), izliekoties laimīgs;
- Es cenšos nedomāt par sāpīgiem jautājumiem un pieredzi;
- Mana vispārējā veselība ir sliktāka salīdzinājumā ar maniem ģimenes locekļiem un draugiem;
- Es jūtos slikti un nomākts.

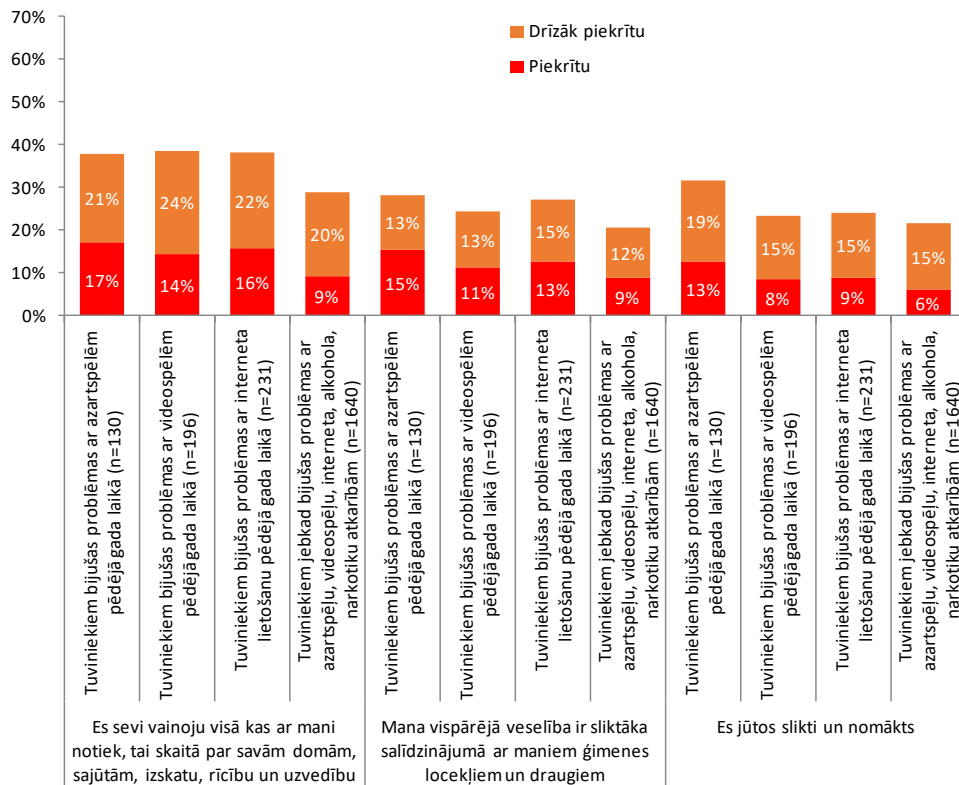
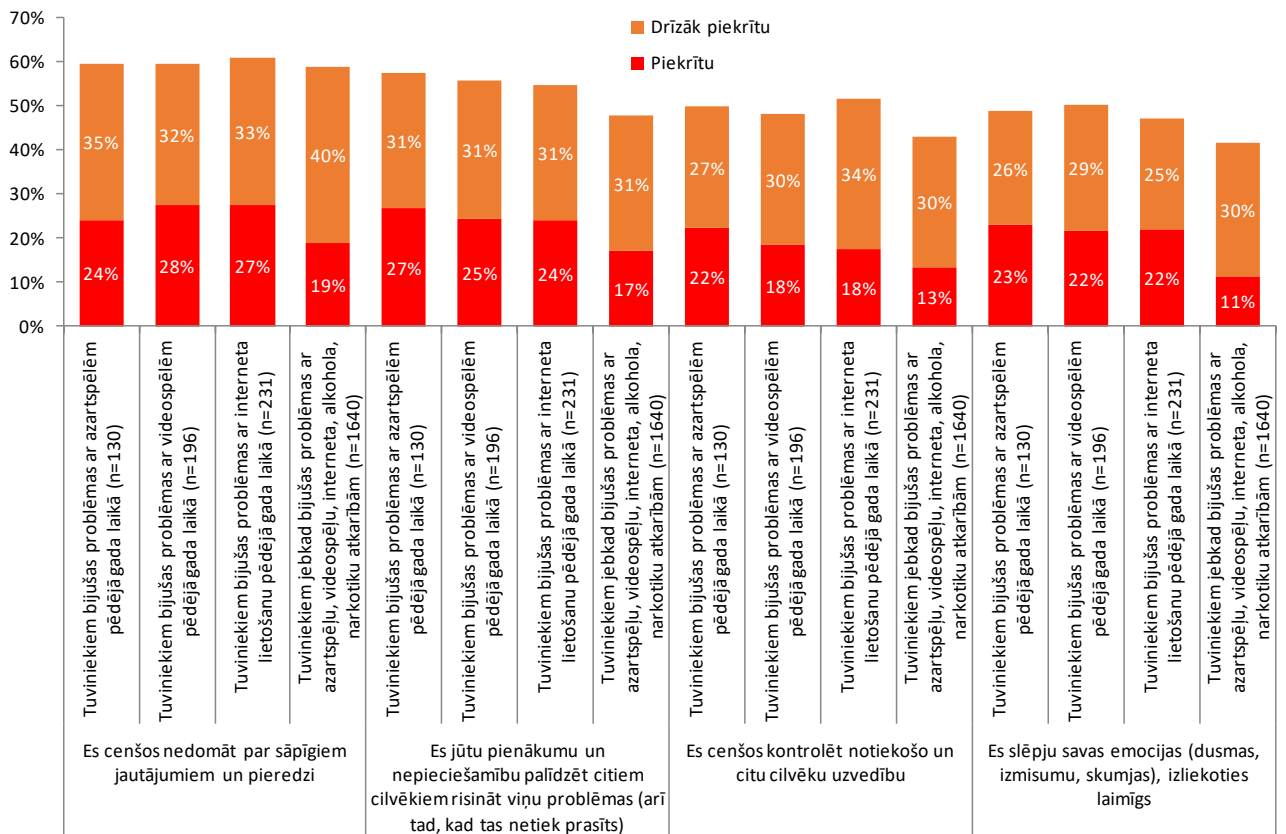
Pētījuma dalībnieki novērtēja katru no tiem, tomēr vienotas skalas izveide no šī atsevišķi izmantoto jautājumu kopuma nebija iespējama – pārbaudes rezultātā ar Kronbaha alfu tika konstatēts, ka skalas viendabība ir nepietiekama, lai ar tās palīdzību mērītu līdzatkarības problemātiku. Augstāka viendabība atbildēs bija konstatējama uz pēdējiem 5 apgalvojumiem, tomēr arī šajā gadījumā Kronbaha alfas vērtība bija zem 0,7, kas liek apšaubīt iespējamību šo jautājumu kopumu izmantot kā skalu. Rezultātā pētnieki nonāca pie secinājuma, ka līdzatkarības raksturošanai tiks sniegts katra apgalvojuma novērtējums atsevišķi.

Varam konstatēt (skatīt 4.42.attēlu), ka biežāk piekrītošas atbildes uz jautājumiem, kas liecina par līdzatkarību, snieguši tie pētījuma dalībnieki, kuru tuviniekiem pēdējā gada laikā bijušas problēmas ar azartspēļu, videospēļu vai interneta lietošanu, salīdzinot ar visu respondentu kopumu, kas atbildēja uz jautājumu (respektīvi, tiem, kuru tuviniekiem jebkad bijušas problēmas ar azartspēļu, videospēļu, interneta, alkohola vai narkotiku lietošanu – respondentiem, kas neminēja, ka tuviniekiem būtu bijušas atkarības problēmas, jautājumu kopums par līdzatkarību netika uzdots). Tāpat raksturīgi arī, ka tie, kur nenorāda uz šādām radnieku problēmām pēdējā gada laikā, biežāk vispār nespēj novērtēt situāciju un izvēlas atbildi “grūti pateikt” – respektīvi, viņi par šiem jautājumiem ir domājuši mazāk.

Pārbaudot, kādā mērā tie respondenti, kas norādījuši uz tuvinieku problēmām, paši min, ka viņi ir domājuši, ka viņiem pastāv problēmas ar azartspēļu, videospēļu spēlēšanu vai interneta lietošanu, varam konstatēt, ka šie kopumi pārklājas visai nedaudz – absolūtais vairums to, kas norāda uz tuvinieku problēmām, nenorāda uz savām un otrādi. Tādējādi konstatētās sakarības norāda uz līdzatkarības pastāvēšanu, sīkāk gan neļaujot secināt, kādas cēloņsakarības ir tās pamatā – respektīvi, vai vēlme palīdzēt un kontrolēt izriet no kopdzīves fakta ar atkarīgo vai otrādi.

Ja analizējam pēc tuvinieku potenciālās atkarības veida (azartspēles, videospēles vai internets) un skatām atbildes “piekrītu”, tad vairuma apgalvojumu gadījumā tās visbiežāk minējuši tie, kas norāda, ka tuviniekiem bijušas problēmas ar azartspēlēm. Izņēmums šeit ir tikai apgalvojums, kuram kopumā respondenti piekrituši visbiežāk un kas saistās ar problēmas noliegumu – “Es cenšos nedomāt par sāpīgiem jautājumiem un pieredzi”.

4.42.attēls. Respondentu īpatsvars, kas snieguši pozitīvas atbildes uz jautājumiem par līdzatkarību

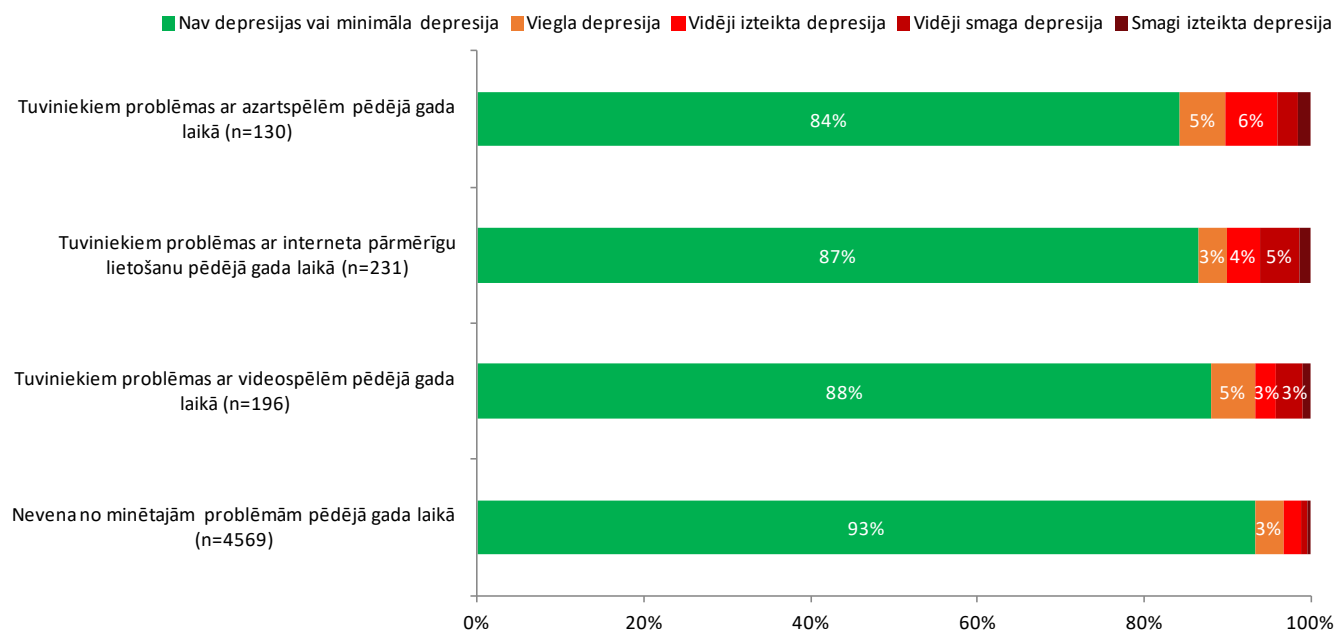


Savukārt, ja salīdzinām atbilžu "piekrītu" un "drīzāk piekrītu" summu, aina, ko varam novērot kļūst neviennozīmīgāka – to veido tādu faktoru kombinācija kā interneta izplatība (un tādējādi arī augstāka

varbūtība, ka tuvinieki saskarsies ar problēmām tieši šeit) un azartspēļu atstātais kaitējums (un tādējādi augstāka varbūtība, ka šīs problēmas konstatēs un kā būtiskas novērtēs tuvinieki).

Depresijas skalas gadījumā aina veidojas viennozīmīgāka – pie šāda secinājuma nonākam, ja pretnostatām to cilvēku atbilžu rezultātus Pacienta veselības skalā (PHQ9), kuru tuviniekiem pēdējā gada laikā bijušas problēmas ar azartspēlēm, videospēlēm vai internetu un to atbildes, kas uz šādām tuvinieku problēmām nenorāda (skatīt 4.43.attēlu).

4.43.attēls. Depresija saskaņā ar Pacientu veselības skalu atkarībā no, vai tuviniekiem konstatētas problēmas ar azartspēļu un videospēļu spēlēšanu vai interneta lietošanu



Tiem, respondentiem, kuri apgalvo, ka tuviniekiem pēdējā gada laikā bijušas problēmas ar azartspēlēm, saskaņā ar skalu tā vai cita līmeņa depresija ir konstatējama 16% gadījumu. Interneta pārmērīgas lietošanas gadījumā tie ir 13%, bet videospēļu gadījumā – 12%. Savukārt tiem, kas uz šādām tuvinieku problēmām pēdējā gada laikā nenorāda vispār, depresija saskaņā ar skalu ir 7% gadījumu. Līdzīgu secību vērojama arī tad, ja salīdzinām smagāko depresijas formu izplatību. Tas, ka internets šeit novērojams kā nozīmīgāks kaitējuma avots, salīdzinot ar videospēlēm, atkal visdrīzāk skaidrojams ar tā plašāko izplatību, kā arī faktu, ka daļa videospēļu tiek spēlēti internetā.

4.5. KOPSAVILKUMS: PROBLEMĀTISKAS AR PROCESIEM SAISTĪTAS UZVEDĪBAS IZPLATĪBA SABIEDRĪBĀ

Mērot problemātisku ar procesiem saistītas uzvedības izplatību, skalas piemērotas aptaujas laikā aktīviem spēlētājiem (spēlējuši vismaz reizi mēnesī pēdējā gada laikā), līdz ar to tās neaptver personas, kurām šādas problēmas vai atkarība pastāv, bet kuri nespēlē spēles vai nelieto ierīces aptaujas brīdī. Problemātisko spēlētāju īpatsvars tiek attiecināts uz visu respondentu loku un tālāk uz ģenerālkopu.

Pētījums rāda, ka personu loks, kurus varētu skart **problemātiska azartspēļu spēlēšana (t.sk loterijas)**, visu respondentu vidū ir 6,4%. Kā norādīts, tai skaitā:

1. 2,6% varētu būt zema līmeņa problēmas ar maz vai neidentificētām negatīvām sekām;
2. 2,5% - vidēja līmeņa problēmas ar dažām negatīvām sekām;
3. 1,3% - problēmas ar azartspēļu spēlēšanu ar negatīvām sekām un iespējamu kontroles trūkumu.

Attiecinot šo respondentu grupu uz ģenerālkopu, Latvijā no azartspēlēm dažādā pakāpē varētu ciest 79 119 personas 15-64 gadu vecumā, no tām 16 162 problēmas ir smagākajā pakāpē.

Netika uzdots jautājums par konkrētu spēļu veidu, jo skala to nepieļauj, taču, nosacīti pieņemot, ka spēlētājus skāris konkrētais spēles veids, ko tie spēlē (daļa respondentu spēlē dažādus azartspēļu veidus un nav iespējams identificēt, kurš no tiem primāri atbildīgs par atkarību):

- problēmas ar spēļu automātu spēlēšanu konstatējamās 2,1% respondentu, tai skaitā 0,7% ar negatīvām sekām un iespējamu kontroles trūkumu;
- problēmas ar skaitļu loteriju spēlēšanu skar vidēji 1,7% respondentu, tai skaitā 0,4% smagākā pakāpē;
- problēmas ar momentloteriju spēlēšanu – 1,9% respondentu, tai skaitā 0,5% smagā pakāpē.

Jāpiebilst, ka loteriju spēlētāju īpatsvars ir augstāks nekā spēļu automātu spēlētāju īpatsvars. Tas nozīmē, ka spēlēšana spēļu automātos atstāj smagāku ietekmi un sniedz galveno pienesumu atkarīgo spēlētāju īpatsvarā, neskatoties uz salīdzinoši zemāko iesaistīto personu īpatsvaru. Raugoties uz spēļu automātus pēdējā gada laikā kaut reizi mēnesī spēlējošo respondentu grupu, tikai 24% skala neidentificē problēmas, bet smagākās pakāpes problēmas tā uzrāda 27% šīs grupas respondentu.

Salīdzinājumam izmantojot rezultātus, kas sasniegti izmantojot šo pašu PGSI skalu, Lielbritānijas Azartspēļu komisijas 2018. gadā publicētie dati rāda, ka problēmas identificējamās 4,7% respondentu, no tiem problēmas ar negatīvām sekām ir 0,8%, bet vidēja un zema līmeņa problēmas – 3,9% respondentu; Čehijas Nacionālais narkotiku un atkarību uzraudzības centra 2017. gadā publicētie dati rāda, ka no problēmām cieš 5,7% iedzīvotāju, no kuriem 1,4% no problēmām ar negatīvām sekām un kontroles trūkumu, bet 2,1% respondentu risks ir vidējs un 2,2% - zems; Francijas Nacionālā prevences un veselības izglītības institūta ziņojums (Costes et. al. 2015) par 2014. gadu rāda, ka problēmas konstatējamās 8,4% respondentu, tai skaitā 5,7% zema riska, 2,2% vidēja un 0,5% augsta riska problēmas.

No **videospēļu spēlēšanas atkarības** varētu ciest aptuveni 0,5% visu respondentu, bet **problēmas ar videospēļu spēlēšanu** ir vēl 2,4%. Rēķinot absolūtos skaitļos, problēmas varētu skart kopā 35 286 iedzīvotāju 15-64 gadu vecumā, no tiem 5 642 – varētu būt runa par videospēļu atkarību. Salīdzinoši,

Khazaal et al. 2016. gada pētījuma dati rāda, ka pat 10,6% no franciski runājošajiem Šveices vīriešiem vecumā ap 20 gadiem, kuri piedalījās pētījumā un 8,1% no vāciski runājošajiem dalībniekiem ir konstatējamās problēmas ar videospēļu spēlēšanu, kamēr 2,3% abās grupās tika konstatēta videospēļu spēlēšanas atkarība. Saskaņā ar Haagsma et.al. 2012. gada pētījumu, 1,3% no Nīderlandes iedzīvotājiem cieš no videospēļu atkarības. Ņemot vērā, ka videospēļu atkarība kā diagnoze ir pavisam nesena parādība lielākā daļa pētījumu ir tikuši veikti vai nu attiecībā uz specifiskām mērķgrupām (piemēram, Vācijā 1,7% bērni vecumā no 14 līdz 15 gadiem cieš no videospēļu spēlēšanas atkarības (Rehbein et. Al. 2010), vai tikai atsevišķiem videospēļu veidiem, visbiežāk internetā balstītās videospēlēm.

Mazadaptīvi/traucēti **interneta lietošanas paradumi** skar 7% visu respondentu jeb 90 482 iedzīvotājus 15-64 gadu vecumā, bet problemātiski interneta lietošanas paradumi – vēl 3% respondentu jeb 36 079. Kopā tas ģenerālkopā būtu 126 561 cilvēks. Saskaņā ar Bakken et. al. 2009. gada datiem, mazadaptīvi interneta lietošanas paradumi skāra 5,2% Norvēģijas iedzīvotāju, kamēr 1% cieta no problemātiskiem interneta lietošanas paradumiem. Cheng un Li 2014. gada pētījuma dati liecina, ka šie rādītāji ir drīzāk līdzīgi Rietumu un Ziemeļeiropas rādītājiem (2,6%), nevis Dienvidu un Austrumeiropas rādītājiem (6,1%). Visbeidzot, Macur et. al. 2016. gada pētījums rāda, ka rādītāji ir arī līdzīgi Slovēnijas situācijai, kur no problemātiskiem interneta lietošanas paradumiem cieš 3,1%.

5. PALĪDZĪBAS SNIEGŠANAS MEHĀNISMI

5.1. PIEEJA PROCESU ATKARĪBAS IZRAISĪTU PROBLĒMU RISINĀŠANAI

Latvijā procesu atkarība netiek skatīta kā atsevišķa un vienota joma. Intervētie speciālisti kopumā kritiski izsakās par atkarību problēmu risināšanas efektivitāti. Tam ir vairāki iemesli. Pirmkārt, valstī nav vienotas sistēmas, kur viss process – profilakse, atpazīšana, ārstēšana un rehabilitācija – veidotu vienotu ciklu. Otrkārt, problēmas risināmas veselības aprūpes, labklājības un izglītības sektoros vienlaicīgi, taču starp sektoriem nav izveidojusies laba sadarbība, un pastāv grūtības resursu apvienošanā vienotos projektos. Treškārt, problēmas visbiežāk tiek risinātas pašvaldību līmenī sociālā darba jomā, piesaistot citus speciālistus, taču šādu resursu nav lielākai daļai Latvijas pašvaldību, un sociālie darbinieki nav sagatavoti, tiem pietrūkst resursu, lai strādātu ar atkarību jautājumiem. Ceturtkārt, procesu atkarības ir cieši saistītas ar sociālo vidi, biežāk skar jaunus cilvēkus un tiek identificētas gana vēlu, kad situāciju korigēt ir daudz grūtāk. Daļēji tas saistīts ar jau minēto sektoru sadarbības trūkumu, kas neļauj laikus pamanīt problēmas un tās risināt.

5.1.1. Atkarību ārstēšanas regulējums

2012.gada 24.janvāra MK noteikumi Nr.70 nosaka kārtību, kādā ārstniecības iestādēs veic alkohola, narkotisko, psihotropo, toksisko vielu, azartspēļu vai datorspēļu atkarības slimnieku ārstēšanu. Noteikumi lielākoties apraksta ilgtermiņa farmakoterapiju ar metadonu vai buprenorfinu, bet azartspēļu un datorspēļu atkarības jautājumi atsevišķi apskatīti netiek. Vienīgais aspekts, kurā atrodama atsevišķa norāde uz procesu atkarību, ir tās atšķirīgais profilaktiskās novērošanas ilgums.

Atšķirībā no vieliskajām atkarībām cietušām personām, personām, kuras cieš no azartspēļu atkarības nepienākas valsts apmaksāta sociālā rehabilitācija³⁷. Šādā situācijā atbildība par atkarības fakta konstatāciju un novēršanu nodota medicīnas speciālista, paša indivīda un viņu ģimenes locekļu pārziņā, būtiski mazinot atkarības ārstēšanās efektivitāti un kavējot sistemātiskas prevencijas sistēmas izveidošanu un uzturēšanu. Attiecībā uz pārmērīgu interneta lietošanu vai neveselīgiem tā lietošanas paradumiem regulējuma nav.

Kā norāda VM pārstāvji, palīdzību ārstēšanai iespējams saņemt pie ģimenes ārsta vai narkologa, kuri tad organizē tālāko ārstēšanās procesu, gadījumā ja tiek konstatēta atkarības iestāšanās - tādā gadījumā ir pieejama psihoterapeita palīdzība un Minesotas programma. Minesotas programmu šobrīd īsteno gan RPNC, gan VSIA "Slimnīca "Ģintermuiža"". Jānorāda gan, ka atšķirībā no vieliskajām atkarībām, procesu atkarības gadījumā nav pieejama bezmaksas palīdzība.

Alkoholiķis, kad iet ārstēties uz Minesotas programmu, viņiem vēl samaksā – es nezinu, varbūt tagad ir mainījies, bet viņiem apmaksā, jo alkoholisms ir slimība. Azartspēles it kā oficiāli ir atzītas

³⁷ MK noteikumi Nr.1529 "Veselības aprūpes organizēšanas un finansēšanas kārtība"
<https://likumi.lv/doc.php?id=263457>

MK noteikumi Nr.914 "Kārtība, kādā no psihoaktīvām vielām atkarīgās personas saņem sociālās rehabilitācijas pakalpojumus", <https://likumi.lv/doc.php?id=147554>

kā slimības, bet valsts to neapmaksā. Lai es tiktu tai programmā ārstēties, man jāiet no alkoholiķu nozares, tad man apmaksā. Ja es saku, ka tikai uz azartspēlēm, tad man neapmaksā. (intervija ar anonīmiem NVO pārstāvjiem)

Pat ekspertu vidū pastāv priekšstats, ka ārstēšanās iespējas ir ierobežotas un uz pakalpojumiem izveidojusies rinda, lai arī pētījuma veikšanas brīdī, piemēram, Minesotas programmā RPNC bija brīvas vietas. Līdzīgs priekšstats izveidojies arī par valsts apmaksāta narkologa pieejamību. Rīgas atkarības profilakses sektorā narkologa konsultācija, kurš veiktu diagnostiku un novirzītu uz atbilstošu ārstēšanu, bija pieejama teju uzreiz.

Pat jomā iesaistītie speciālisti nepārzina resursus, pastāv dažādi alternatīvi risinājumi, kas nav visā Latvijas teritorijā vienmērīgi pieejami. Te gan jānorāda, ka speciālistu un ārstēšanas pakalpojumu pieejamība nenozīmē, ka tiem ir pieredze un iespēja strādāt tieši ar azartspēļu un datoratkarībām. Azartspēļu atkarība ir nelielam īpatsvaram klientu (ārstētu atkarību sadalījuma statistika atspoguļota ziņojuma 3. nodaļā), un pat speciālisti šaubījās, vai grupu darbs kopā ar citu atkarību slimniekiem, ir efektīvs. Īpaši problemātiska ir bērnu mērķa grupai paredzēti pakalpojumi visu atkarību jomās.

Patlaban nozarē nav priekšstata, cik cilvēkiem nepieciešama palīdzība azartspēļu atkarības gadījumā – personas var izmantot citas atkarības, lai saņemtu valsts atbalstu atkarību ārstēšanai. Papildus faktors, kas ierobežo piekļuvi atkarību ārstēšanai, ir salīdzinoši ilgais ārstēšanās periods stacionārā, kas var nebūt savienojams ar nodarbinātību un draudēt ar darba zaudējumu.

Kopumā valsts atbalsts procesa atkarību problēmu risināšanai ir nesens un prasa starpsektoru sadarbību – tikai 2018.gadā tika īstenots pirmais sociālās rehabilitācijas pilotprojekts, kurā pusaudžiem sniegts atbalsts ar procesu un vieliskajām atkarībām saistītām problēmām. Projektu finansē Labklājības ministrija, un tas tiks īstenots Rīgas pašvaldībā sadarbībā ar Bērnu slimnīcas fondu. Projekta mērķa grupa ir 12-18 gadus veci pusaudži, kuriem tiek piedāvāta 3-6 mēnešus ilga brīvprātīga programma, kuras ietvaros starpdisciplināra speciālistu komanda sniedz palīdzību atkarību pārvarēšanai. Projekts sevī ietver gan palīdzības sniegšanu pusaudžiem pašiem, gan viņu ģimenes locekļiem, tādējādi nodrošinot vispusīgu palīdzību atkarības vai tās iestāšanās riska gadījumā³⁸. Kā norāda tā dalībnieki, projekts balstās starptautiskā pieredzē, piedāvājot kopienā balstītu un individuālām vajadzībām piemērotu pakalpojumu.

5.1.2. Preventīvie pasākumi

Preventīvie pasākumi var būt vērsti gan uz konkrētu mērķgrupu, gan sabiedrību kopumā un aptvert dažādas ar procesu atkarību saistītu intervences līmeni. Daļu no vispārējiem pasākumiem, kas saistīti ar piekļuves ierobežojumu, aprakstījām jau 2. nodaļā.

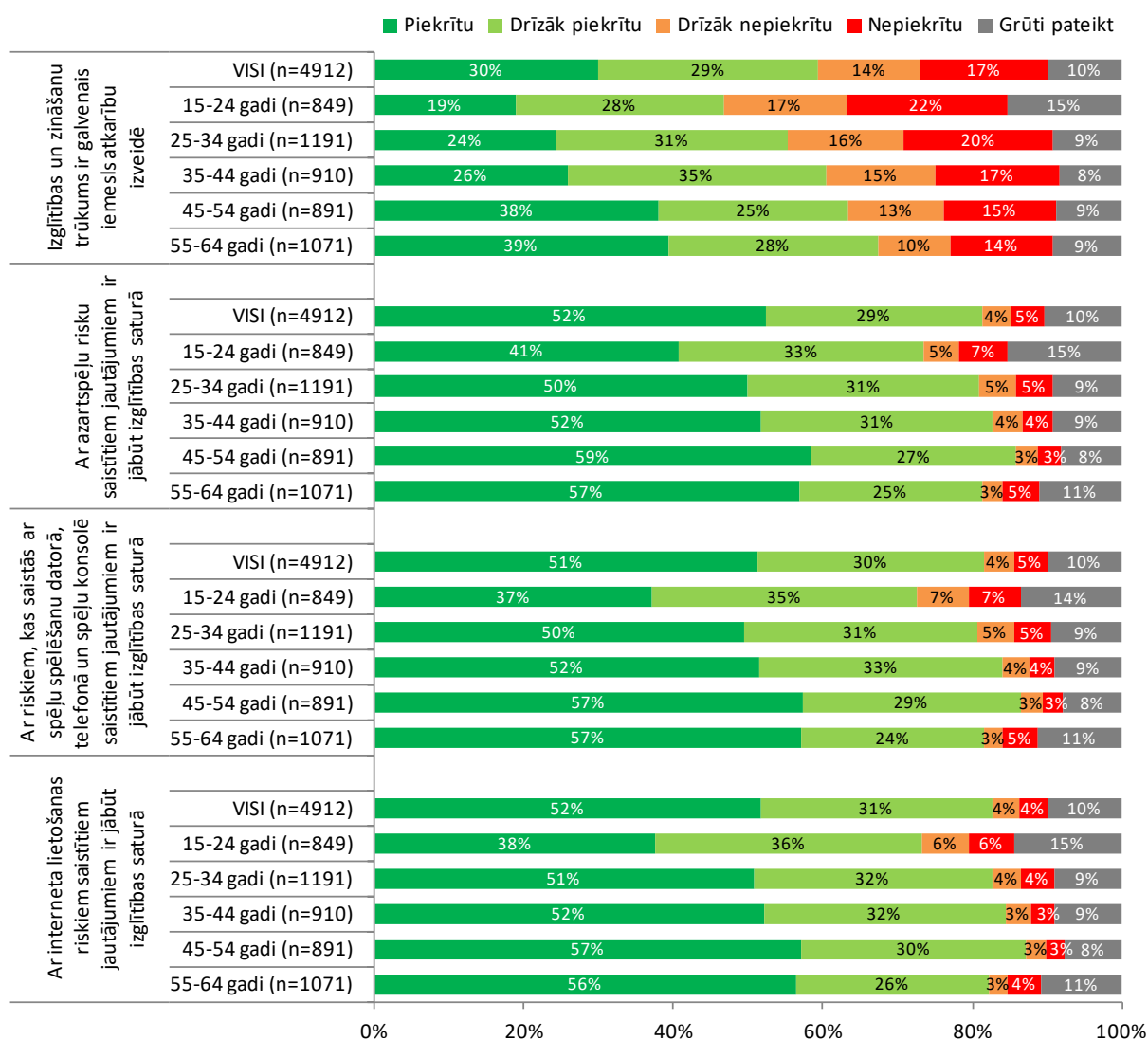
³⁸ Skatīt:

- <http://medicine.lv/raksti/pieskir-118-000-eiro-socialas-rehabilitācijas-pilotprojektam-pusaudžiem-ar-atkarībam>
- <https://www.bsf.lv/lv/jaunumi/2018/infografiks-ka-darbojas-pusaudzu-atbalsta-programma>

Taču viena no būtiskām mērķgrupām ir bērni un jaunieši, uz kuriem vērsti galvenokārt izglītojoši pasākumi. Biežāk gan šai grupai tiek stāstīts par vielu atkarībām, savukārt par viedierīču lietošanu runāts drošības aspektā.

Izglītošanu kā vienu no svarīgākajiem risinājumiem procesu atkarību jautājumiem minēja lielākā daļa padziļināto interviju dalībnieku, norādot, ka bērnus un jauniešus nepieciešams izglītēt par procesu atkarības problemātiku. Tas ir arī populārākais atbalstītais pasākums arī saskaņā ar aptaujas datiem. Tā 81%-83% aptaujāto piekrīt vai drīzāk piekrīt, ka ar procesu atkarību saistītiem riskiem ir jābūt iekļautiem izglītības saturā (skatīt 5.1.attēlu). Tiesa, jāņem vērā, ka jauniešu vecuma grupa (15-24 gadi) šajā jautājumā ir skeptiskāka, biežāk nepiekrītot un atbildot ar “grūti pateikt”. Arī “piekrītu” viņi ir teikuši proporcionāli retāk – citās vecumgrupās atbilde “piekrītu” uz jautājumu par procesu atkarību tematu iekļaušanu izglītības saturā vienmēr ir izvēlēta ievērojami biežāk nekā “drīzāk piekrītu”, kamēr 15-24 gadus veco respondentu gadījumā “piekrītu” un “drīzāk piekrītu” sadalījums ir līdzvērtīgāks.

5.1.attēls. Apgalvojumu par izglītības lomu saistībā ar procesu atkarībām novērtējums



Trešdaļa respondentu nepiekrīt tam, ka izglītības un zināšanu trūkums ir galvenais iemesls atkarību izveidē, liecinot, ka sabiedrībā valda izpratne par papildus atbalsta mehānismu nepieciešamību. 15-24 gadu vecu respondentu grupā izglītībai kā galvenajam iemeslam nepiekrīt 38% respondentu, bet “grūti pateikt” izvēlas 15%.

Pirmkārt, attiecībā uz interneta atkarību un problemātiskiem interneta lietošanas paradumiem, jaunieši tiek skatīti kā galvenā riska grupa, kura kaut arī pavada daudz laika izmantojot viedierīces un datorus, vienlaikus neapzinās ar to lietošanu saistītos riskus. Kā risinājums tiek izmantoti dažāda veida informatīvie pasākumi skolēniem:

Skolu un pašvaldību pasūtījums. Jaunieši jau paši nezvana un nesaka: “Mums ir problēmas ar viedierīču lietošanu”. Par to izlemj pašvaldība. (Dace Caica, biedrības “Esi brīvs” vadītāja)

Jāatzīmē, ka tēmu izvēlē jaunieši netiek iesaistīti. Lai arī nodarbības ir interaktīvas, pasākumi ir vienreizēji un nesniedz tālāku atbalstu. Mūsu pētījuma dati – gan atkarīgo personu intervijas, gan speciālistu pieredze – rāda, ka jaunieši bieži vien apzinās, kurā brīdī spēlēšana vai interneta lietošana kļūst problemātiska, taču trūkst zināšanu, kā šādā brīdī rīkoties.

Labi, feisbuds mani vairāk kaitina, bet es ļoti daudz laika pavadu jūtībā, vot, tas gan. Tur es esmu pamanījusi kaut kādas līdzības ar manu spēlēšanu, bet es, protams... Tas nav īsti tas pats, jo tu tur īsti neko nekontrolē, vienkārši kontrolē to, ko tu tur meklē, nevis, ka tu veido to kontentu [saturu] kā īsts PvP³⁹ spēlētājs. (Sieviete, 20 gadi)

Man, piemēram, ir tādi jaunieši, kas vispirms ir atnākuši paši, kuri uztraucas par to, ka viņi spēlē par daudz, sāk traucēt mācībām. (Nils Konstantinovs, psihoterapeits)

Otrkārt, trūkst skaidru pierādījumu, kā tieši ierīču izmantošana ietekmē personas fizisko un garīgo attīstību, respektīvi, cik lielā mērā ietekme saistīta ar sabiedrības pārmaiņām kopumā.

Mēs zinām par ekrānu, ka līdz 2 gadiem bērns īsti neuztver informāciju. Ekrāns piesaista uzmanību, tas ir krāsaini, koši, interesanti, bet tu neuztver informāciju. Taisīja, piemēram, eksperimentu, kur filmiņu rāda – cilvēks ienāk istabā, ieliek mantiņu kastē. Viņu noskatās, tad viņus atved uz to istabu. Bērni līdz 2 gadiem nezinās, kur meklēt mantiņu. Problēma tāda, ka pašlaik bērni ļoti agrīnā vecumā ļoti lielā mērā eksponēti pret ekrānierīcēm. Kādu tas atstās efektu uz sabiedrības attīstību, es nezinu. (Nikita Bezborodovs, psihiatrs)

Visbeidzot, jauniešu izglītošana tiek skatīta kā veiksmīgs risinājums tādēļ, ka atšķirībā no pieaugušajiem bērni ir sasniedzama mērķgrupa, kurus iespējams informēt, izmantojot izglītības sistēmu. Interviju dalībnieki atzina, ka reklāmas kampaņu iedarbība varētu būt ierobežota, kas savukārt samazina iespējas izglītot to sabiedrības daļu, kas vairs neatrodas formālajā izglītības sistēmā. Tīkmēr pētījuma dalībnieki redzēja skolas kā būtisku punktu, kurā iegūt zināšanas par procesu atkarību jautājumiem. Lielākā daļa interviju dalībnieku piekrita, ka nepieciešams par šāda veida problemātiku runāt izglītības iestādēs, it īpaši piesaistot cilvēkus, kuriem ir bijusi šāda problemātiska pieredze – viņu dalīšanās savos stāstos tika skatīta kā pati vērtīgākā prakse.

³⁹ Angliski “player vs player” – spēlētājs pret spēlētāju. Spēles veids, kurā spēlētāji sacenšas viens pret otru par uzvaru. Šeit lietots lai aprakstītu to, kā spēlē spēlētājs pats aktīvi izvēlas to, ko un kādā veidā darīt, kamēr video straumēšana parasti tiek skatīta kā pasīva izklaide.

Jā, varbūt vajadzētu, bet tam cilvēkam, kas to runā, tik ļoti vajadzētu pašam "ingeidžot" (angl. engage – iesaistīties) tajā situācijā, pašam būt tam spēlētājam, jo es nespēju iedomāties, ka man tante... Man bija, piemēram, sešdesmitgadīga, veca informātikas skolotāja. Sorī, ja viņa man teiks (iesmejas) kaut kādas lietas par internetu vai par datorspēlēm, es, protams, kā normāls skolēns bišķiņ pasmiešos un tamlīdzīgi, es noteikti kā pie pilna prāta viņu neuztvertu. Nē, ja nē, varbūt pasmietos par viņu. Tam noteikti jābūt cilvēkam, kas ir pats tam gājis cauri, kas zina, kā ir spēlēt. (Sieviete, 20 gadi)

2013.gada 21.maija MK noteikumi Nr.281 "Noteikumi par valsts vispārējās vidējās izglītības standartu, mācību priekšmetu standartiem un izglītības programmu paraugiem" un 2014.gada 12.augusta MK noteikumi Nr.468 "Noteikumi par valsts pamatzglītības standartu, pamatzglītības mācību priekšmetu standartiem un pamatzglītības programmu paraugiem" paredz, ka jautājumiem par procesu atkarībām jābūt iekļautiem mācību standartā vispārējā vidējā un pamatzglītībā. Tāpat šos jautājumus paredzēts iekļaut pašlaik izstrādes procesā esošajā kompetencēs balstītajā pieejā, kas paredz arī ar atkarībām, tai skaitā procesu atkarībām, saistīto jautājumu un problemātikas iekļaušanu mācību procesā. Tiesa, eksperti kritiski vērtē pedagogu zināšanas un ar veselību saistītu satura klātbūtni jaunajā izglītības standartā.

Kopumā par procesu atkarībām vai atkarībām kā tādām. Bet tas, protams, ir, ja tas ir iekļauts programmā, katrs skolotājs, vadot to stundu, katrs vērtē, kā viņš to dara, kā tas realizējas dzīvē, tas ir ļoti atkarīgs no skolas un skolotāja. (Līga Timša, Veselības ministrija Sabiedrības veselības departaments)

Tiek norādīts, ka šobrīd izglītības sistēmas ietvaros sniegtā informācija attiecībā gan uz azartspēlēm, gan citiem procesu atkarību veidiem galvenokārt balstīta uz mēģinājumiem nobiedēt tā vietā, lai sniegtu informāciju par riskiem un iespējamiem risinājumiem atkarības iestāšanās gadījumā.

Veselības ministrija un SPKC⁴⁰ plāno pedagogu apmācības par veselības izglītības jautājumiem, kuros ietverti arī procesu atkarības jautājumi⁴¹. Tā kā iniciatīva vēl atrodas sākotnējā stadijā, efektivitāti pagaidām nav iespējams novērtēt.

Viens no galvenajiem veidiem darbam ar jauniešiem, ko neveic skolas pedagogi, arī ir izglītojošas nodarbības. To saturu visbiežāk nosaka pašvaldību iepirkumi, un no procesu atkarībās jautājumiem vispieprasītākais saistīts ar viedierīču lietošanu. Madara Lapsa, Liepājas Atkarību profilakses centra vadītāja, gan ir kritiska par vienreizējām nodarbībām un uzsver ilgstošas sadarbības nozīmi ar skolām un tālāku resursu piedāvājumu:

Mēs neticam tādām vienas reizes brīnumam. (iesmejas) Informācijas sniegšanai. Mūsu prasība ir, ka vismaz 3 secīgas nodarbības ir, lai mēs kaut mazliet sāktu strādāt uz kaut kādu attieksmes un uzvedības maiņu. Tad tā pati klase, ar kuru mēs tiekamies 3 reizes vismaz, protams, tas, ko mēs gribētu, ka mēs pēc pusgada tiekamies ar viņiem vēlreiz, bet tos nekad neviens nav (iesmejas)

⁴⁰ <https://spkc.gov.lv/lv/rightmenu/projekti/esf-9242pasakuma-projekts>

⁴¹ Piemēram, VM izsludinātais iepirkums apmācību organizēšanai izglītības iestāžu pedagogiem par veselības izglītības jautājumiem: http://www.vm.gov.lv/images/userfiles/ESF_projekts_veselibas_veicinasana_2022/zi%C5%86ojums_31.07.2017.pdf

izmantojuši. [...] Tas nav tas, kas vislabāk strādā. (Madara Lapsa, Liepājas Atkarību profilakses centra vadītāja)

Izglītošanas pasākumi ārpus skolas galvenokārt notiek uz projektu bāzes. Kopš 2017.gada Eiropas Sociālā fonda projekta „Slimību profilakses un kontroles centra organizēti vietēja mēroga pasākumi sabiedrības veselības veicināšanai un slimību profilaksei pašvaldībās” (Identifikācijas Nr.9.2.4.2./16/I/106) ietvaros Slimību profilakses un kontroles centrs īsteno:

1. seminārus izglītības iestāžu darbiniekiem, vecākiem un sociālajiem darbiniekiem par bērnu un pusaudžu atkarību pazīmju agrīnu atpazīšanu, profilaksi un palīdzības iespējām. Semināri tiks īstenoti 24 novados (Aizputes, Babītes, Baldones, Dundagas, Durbes, Engures, Ērgļu, Garkalnes, Ikšķiles, Inčukalna, Krimuldas, Līgatnes, Lubānas, Mālpils, Mērsraga, Nīcas, Pārgaujas, Priekuļu, Salacgrīvas, Sējas, Tērvetes, Vaiņodes, Viļānu un Zilupes);
2. izglītojošas nodarbības pusaudžiem (8.–9.klase) par atkarību (tostarp, procesu atkarību) ietekmi un sekām. Līdz 2019.gada 30.septembrim kopumā tiks īstenoti 38 izglītojošie pasākumi un apmācīti vismaz 560 pusaudži 13 novados (Babītes, Durbes, Ērgļu, Garkalnes, Ikšķiles, Inčukalna, Līgatnes, Mērsraga, Pārgaujas, Priekuļu, Tērvetes, Vaiņodes un Viļānu).⁴²

Procesu atkarību profilakses pasākumus īsteno arī **pašvaldību līmenī**. Vēsturiski Rīgā un Liepājā atkarību profilakses iestādes veidojušās, paplašinot darbu no vielu atkarībām un plašāku problēmu loku. Rīgas Sociālā dienesta Atkarības profilakses sektors piedāvā procesu atkarību profilaksi un to radītā kaitējuma mazināšanu:

- individuālās konsultācijas (pusaudžiem un pieaugušajiem) ar atkarībām saistītos jautājumos;
- atbalsta grupas jauniešiem un pieaugušajiem (grupās tiek strādāts gan ar atkarību, gan līdzatkarību, gan neveselīgu paradumu jautājumiem);
- narkologa konsultācijas un speciālā pedagoga konsultācijas.

Šo pakalpojumu sniegšanu organizē 4 atkarības profilakses speciālisti⁴³.

Liepājā pakalpojumu klāsts ir plašāks, ietverot arī bijušo lietotāju atbalstu, bet abās apskatītajās pilsētās ir pieejamas veselības aprūpes speciālistu konsultācijas, darbs ar speciālistu un atbalsta grupas. Rīgas gadījumā gan intervijā tika atzīts, ka darbs visbiežāk notiek individuāli, jo klientiem ir grūti atrast visiem pieņemamu laiku grupu nodarbībām.

Liepājā izveidots Atkarību profilakses centrs, kur iedzīvotājiem iespējams saņemt atkarību profilakses speciālistu un medicīnas māsas konsultācijas atkarības un līdzatkarības jautājumos, tai skaitā azartspēļu atkarības jautājumos. Centrā tiek organizēta arī Anonīmo spēlmaņu 12 soļu grupa un citas atbalsta un izglītojošās grupas⁴⁴.

Biežāk klienti centros nonāk ar sociālā dienesta starpniecību, tas ir, vai nu ar Valsts probācijas dienesta vai bāriņtiesas nosūtījumu, nevis ierodas brīvprātīgi. Tas ļauj skaidrot augstāko sieviešu īpatsvaru centru klientu vidū, jo ģimenes funkcionēšanas problēmas daudz biežāk nonāk pašvaldības dienestu uzmanības lokā nekā ar atkarību saistītās problēmas.

⁴² <https://spkc.gov.lv/lv/rightmenu/projekti/aktualitates>

⁴³ http://www.ld.riga.lv/lv/RSD_atkaribas_profilakse.html

⁴⁴ <http://socialaisdienests.liepaja.lv/socialas-institucijas/atkaribu-profilakses-centrs/>

Kā rāda pētījuma dati, procesu atkarība Latvijā netiek skatīta kā atsevišķa joma, bet drīzāk vai nu kā daļa no kopējā atkarību lauka vai kā daļa no nelabvēlīgas sociālās vides. Tādējādi veidojas situācija, kuru raksturo vienotas pieejas un starpsektoru sadarbības trūkums, kā rezultātā lielākā daļa pienākumu tiek uzvēlti uz pašvaldības pleciem.

Atkarību jautājumi ir daudzdimensionāli un tādējādi pieprasa **sadarbību starp dažādiem sektoriem** – gan veselības, gan labklājības, gan izglītības, gan tieslietu. Taču, trūkstot skaidriem sadarbības mehānismiem starp ministrijām un nozarēm kopumā, lielākā daļa atkarību jautājumu tiek risināti fragmentāri, katras nozares ietvaros.

To vajag, tāpēc ka mēs jau saprotam, ka tā problēma ir no visām pusēm. Tā ir sociālā sfēra, protams, pusaudžu garīgās veselības, un lielākais riska faktors ir sociāli apstākļi. Tā ir izglītības sfēra, tāpēc ka viss ir vairāk vai mazāk saistīts ar skolu, un visas problēmas funkcionalitātē rodas skolā. Tā ir veselības aprūpes sfēra, tāpēc ka tā ir saistīta ar garīgo veselību. (Nils Konstantinovs, psihoterapeits)

Tas, kā šobrīd darbojas Bērnu slimnīcas paspārnē izveidotais Pusaudžu atkarību centrs, rāda, ka speciālistu līmenī pastāv izpratne par vienotas pieejas nepieciešamību, taču, ir skaidrs, ka nepieciešams veikt būtiskus uzlabojumus starpsektoru sadarbībā ministriju līmenī, lai veidotu tiešām vienotu rīcībpolitiku.

Ar [video] spēju izplatīšanu es domāju, ka tā arī ir tāda starpsektoru lieta, tieši tāpat kā dzimumu līdztiesība, tas nav vienai konkrētai ministrijai pakļauta lieta, tur ir noteikti jāstrādā kopā ar Labklājības ministriju, es pieļauju. Tāda starpsektoru lieta. Bet, nu, viens konkrēts dokuments tīri datorspēju atkarībai nav un neplānojas pagaidām. (Līga Timša, Veselības ministrija Sabiedrības veselības departaments)

Dr. Ņikita Bezborodovs, Bērnu psihiatrijas klīnikas vadītājs, aicina jautājumu skatīt plašākā kontekstā, veidojot kopienā balstītu pakalpojumu bērniem un jauniešiem, saistot to ar iekļaujošu izglītību kopumā:

Bērniem ar UDHS, sasniedzot pieaugušo vecumu, risks uz vielu atkarībām ir desmit reizes lielāks kā vidēji populācijā, ja vēl sociālā trajektorija ir nelabvēlīga. Noteikti ir tendence daudz vairāk laika pavadīt pie datora, jo mediējošais faktors ir impulsivitāte, viņam ir grūtības ar impulsu kontroli, ir zemāks dopamīna postsinoptisko receptoru blīvums, zemāka jutība pret dopamīnu un viņi meklē to dopamīnu, ātri viss apnīk, grūti lasīt. Viņiem ir lielāks risks uz vielu lietošanu un ir citi sociālie faktori, kas mediē. (Ņikita Bezborodovs, Bērnu psihiatrijas klīnikas vadītājs)

Speciālists risinājumu skata agrīnā prevencijā un, balstoties Lielbritānijas pieredzē, aicina veidot atbalsta centrus bērniem un pusaudžiem, kur būtu pieejama speciālistu komanda, pie kuras varētu vērsties gan vecāki, gan pedagogi, gan paši jaunieši. Speciālists kritiski vērtē Pedagoģiski medicīnisko komisiju darbību, kas patlaban darbojas visās pašvaldībās, norādot, ka problēmu diagnostika jāveic bērnam pazīstamā vidē, turpat sniedzot arī atbalstu. Kā resurss tiek skatītas speciālās skolas, kurās pieejami speciālisti.

Vienotas pieejas trūkums ir viens no faktoriem, kas rada pašreizējo situāciju, kur problēmas definēšana norit sociālajā vidē, kamēr atbildība tiek sagaidīta no atkarīgās personas vai tās ģimenes. Sociālie dienesti ne vienmēr spēj atrisināt arī ar atkarībām saistīto problemātiku, taču intervijā speciālisti minēja, ka šādas vadlīnijas sociālajiem darbiniekiem tiek izstrādātas. Tomēr atbalsta nodrošināšana

sniedzas pāri sociālo dienestu kapacitātei, kas nozīmē, ka lielākoties tiek strādāts tikai ar atkarību sociālo komponenti. Tāpat resursu un prasmju trūkuma dēļ, sociālo dienestu darbiniekiem nākas izvirzīt prioritārās jomas, kas atkarību gadījumā Latvijā parasti būs alkohola atkarība tās plašās izplatības dēļ.

Viņš nav līdz šim tā ticis definēts noteikti (..), bet mēs to redzam sākot ar motivāciju, tad ārstēšanu, rehabilitāciju, tad pēcprūpi. Tad mēs to savu ieguldījumu redzam motivācijas sadaļā un pēc tam pēcprūpē, jo ārstēšanas sadaļu mēs nevaram veikt un rehabilitāciju mēs arī nevaram veikt, jo mēs īsti neticam ambulatorai rehabilitācijai, kāda mums te būtu iespējama. Stacionārā [rehabilitācija] mums nav pieejama. Nu, tā! Un tad mēs strādājam ar visu veidu atkarīgajiem, visu vielu, visu procesu atkarīgajiem un arī gan ar pilngadīgajiem, gan nepilngadīgajiem. (Madara Lapsa, Liepājas Atkarību profilakses centra vadītāja)

Visbeidzot ņemot vērā, ka procesu atkarības ir salīdzinoši jauna parādība, atbalsta sniegšanai ir nepieciešamas jaunas prasmes un iemaņas, kuru apgūšanai laika un resursu pietiek vien lielāko pašvaldību sociālajiem dienestiem. Tā, piemēram, gan Rīgas, gan Liepājas atkarību centri cenšas veidot starpsektoru pieeju šo jautājumu risināšanā, taču ir skaidrs, ka lielākajai daļai pašvaldību nepietiks resursu šādas pieejas īstenošanai.

Procesu atkarību jautājumi tādējādi atspoguļo kopējās atkarību sfēras problēmas Latvijā. Vienlaikus, ņemot vērā, ka procesu atkarības ir pievienojušās kopējai atkarību sfērai salīdzinoši nesēn, nozarē pastāvošās problēmas to skar dziļāk un ir vieglāk pamanāmas.

NVO sektors procesu atkarības jomā nosedz galvenokārt profilakses posmu, taču strādā arī ar atsevišķām mērķgrupām – jauniešiem, spēlmaņiem, utt. Profilakses jomā darbojas vairākas organizācijas, un to finansē gan pašvaldības, gan Latvijas spēļu biznesa asociācija, gan citi avoti. Daļa NVO organizāciju gan saskata ētikas problēmas tiešā atkarību veicinošo uzņēmumu atbalstā. Bet Dace Caica, biedrības "Esi brīvs" vadītāja un Latvijas spēļu biznesa asociācijas pārstāvji, kuriem izveidojusies ilgstoša sadarbība, norāda, ka finansētājs nenosaka veidu, kā finansējumu izlietot.

Ar **problēmispēlētāju mērķgrupu** Latvijā aktīvi darbojas Anonīmu Spēlmaņu sadraudzība, kas ir aktīva Rīgā, Valmierā, Kuldīgā un Liepājā. Jānorāda, ka gan AS, gan "Esi brīvs!" – divas lielākās NVO, kas strādā ar procesu atkarību jautājumiem – ir vai nu iepriekš piedāvājušas vai joprojām piedāvā Skype konsultācijas. Tas, ka pēc šāda veida pakalpojuma ir pieprasījums, liecina, ka personām, kuras pietiekami daudz laika pavada interneta vidē, šāda veida pakalpojums var būt pazīstamāks un saprotamāks nekā tieša klātienē konsultācija.

Jānorāda, ka ar retiem izņēmumiem, neviens no interviju dalībniekiem nebija izmantojis NVO atbalstu, un personas ar videospēļu atkarību vai neveselīgiem interneta lietošanas paradumiem nevarēja iedomāties nevienu NVO, kurās vērsties pēc palīdzības. Arī pašas organizācijas apzinās savu ierobežoto ietekmi un atpazīstamību Latvijas sabiedrībā.

B: Zini kā – kad ir cilvēkiem problēmas, tagad laikam visu meklē internetā. Ja tagad internetā ierakstot "azartspēļu atkarība", es nezinu, cik augstu izlec [Organizācija x], kaut kur viņi ir.

C: "Fēnikss", pirmais "Fēnikss".

B: Jā, meklējot, ierakstot iekšā "azartspēļu atkarība", lec ārā faktiski reklāmas. (intervija ar anonīmiem NVO pārstāvjiem).

Otra problēma NVO sektorā, kas var ierobežot atkarīgās personas iespēja saņemt palīdzību, ir dažu atbalsta programmu reliģiskā orientācija:

Biju Anonīmajos Spēlmaņos. Pēc 2 nedēļām aizgāju, jo sapratu, ka man tas neder, jo tur nevis runā par spēli, bet tur runā par Dievu un kalpošanu. Nu, man tas galīgi neder. Es Dievam neticu. (Vīrietis, 33 gadi)

Līdzīga situācija veidojas ne tikai attiecībā ar AS, bet arī ar vairākām citām organizācijām un kopienām, kuras kā sadarbības partnerus pieminēja eksperti.

Bet tas ir arī tā mulsinoši par rehabilitācijas iespējām, jo valsts rehabilitācija mums ir viena sociālā un divas medicīniskās. Būtībā var uzskatīt, ka tā sociālā ir tā, kura funkcionē, un, ja cilvēkam [tas] nav pieejams, pieņemams vai citi iemesli, vai viņš ir NVO, NVO rehabilitācijas ir 15+, un viņas visas ir kristīgas. Tur vispār nav variantu (iesmejas)! (Madara Lapsa Liepājas pilsētas domes Sociālā dienesta Atkarību profilakses centra vadītāja)

Vienlaikus Madara Lapsa intervijā norādīja, ka tas, cik daudz reliģisko priekšstatu tiek izmantots rehabilitācijas procesā, ir atkarīgs no katras grupas organizācijas un profesionalitātes, uzsverot neitralitātes nozīmi rehabilitācijas procesā.

Netieši procesu atkarību profilakses jomā darbojas vēl vairākas organizācijas. Tā, piemēram, SOS Bērnu ciemati sadarbībā ar centru "Dardedze" Rīgas pašvaldības bērnodārzos ievieš agrīnās brīdināšanas sistēmu "Bērnam drošs un draudzīgs bērnodārzs"⁴⁵, kas ļauj atklāt iespējamās problēmas agrīnā vecumā, kad tās ir visefektīvāk novēršamas. Sistēmu veido speciālistu komandas izveide bērnodārzā, pedagogu apmācība, resursu piedāvāšana vecākiem, elektronisks bērnu uzvedības novērošanas tests agrīnai problēmu diagnostikai un pašu bērnu apmācības programma.

⁴⁵ Skatīt: <https://www.riga.lv/lv/news/%E2%80%9Cbarniem-dross-un-draudzigs-bernudarzs-rigas-pii-ir-ieviesta-unikala-preventiva-programma?15727>

5.2. ATBALSTA PASĀKUMU UZTVERE

Šobrīd viens no galvenajiem trūkstošajiem pasākumiem ir organizēta pieeja informēšanai par procesu atkarību riskiem. Kā intervijās norādīja atkarīgās personas un speciālisti, bieži vien veidojas situācija, kurā, kaut arī atkarīgā persona vēlas atrast palīdzību, informācija par palīdzību ir vai nu grūti atrodamā vai gluži vienkārši neeksistē.

Cilvēkiem bieži vien, man liekas, trūkst tās informētības par to, ka viņi var palīdzību kaut kur saņemt. Tas arī, manuprāt, ir viens no mērķiem, kam mēs sniegsim šo informāciju. Cilvēki nezina, kur viņiem doties šajā gadījumā. (Rolands Purvlīcis, Veselības ministrija, Sabiedrības veselības departaments)

Situācija tiek skatīta kā īpaši kritiska attiecībā uz videospēļu atkarību un problemātiskiem interneta lietošanas paradumiem. Kā iepriekš aprakstīts, interviju dalībnieki nevarēja iedomāties, pie kādām NVO vērsties šādu problēmu gadījumā, un lielākoties arī neuzskatīja, ka būtu nepieciešams vērsties pie medicīnas speciālista pēc palīdzības. Gan atkarīgās personas, gan eksperti bija vienisprātis, ka ir nepieciešama papildus informācija par pazīmēm, kas liecina par problēmas veidošanos/iestāšanos. Lielākā daļa interviju dalībnieku varēja nosaukt pazīmes, kas, viņuprāt, liecinātu par problēmu veidošanos, taču atzina, ka šīs zināšanas nāk drīzāk no pašu pieredzes nevis no ārējiem informācijas avotiem. Tas liecina, ka informācija par to, kurā brīdī spēlēšana vai interneta lietošana kļūst problemātiska, ir nepieciešama visās sabiedrības līmenī, jo arī atkarīgā persona parasti savu atkarību spēj atpazīt tikai jau pēc tās iestāšanās.

Vienlaikus, jānorāda, ka šeit interviju dalībnieki bija ļoti skaidri savā nostāja, ka informācijas pasniegšanas veidam jābūt tādām, kurš var sasniegt atkarīgo personu. Tā, piemēram, azartspēļu gadījumā, interviju dalībnieki norādīja, ka esošie informēšanas veidi ir lielā mērā neefektīvi, jo:

...cilvēki, kas iet iekšā, viņi jau neiet lasīt bukletus, viņš iet spēlēt. (intervija ar anonīmiem NVO pārstāvjiem)

Tikmēr attiecībā uz interneta un videospēļu lietošanas problēmām interviju dalībnieki norādīja, ka trūkst skaidra mehānisma, kas ļautu noteikt problēmas pakāpi un tādējādi palīdzētu spert pirmo soli problēmas risināšanas procesā.

Tests, tas varētu būt sava veida tests, kurš būtu izstrādāts pietiekami pārlicinoši, lai, viņu aizpildot, rezultāts teiktu – ir vai nav. (Vīrietis, 34 gadi)

Sakarā ar šāda veida testu atkal jāuzsver ārstniecības personāla un interneta platformas nozīme. Lai nodrošinātu testa pieejamību, to būtu nepieciešams izvietot internetā, taču vienlaikus tam jābūt sasaistītam ar iespēju pēc testa rezultāta noskaidrošanas uzreiz sazināties ar speciālistu, kurš var sniegt kvalificētu palīdzību.

Kā ilustrē interviju dati, medicīnas speciālists joprojām tiek uztverts par primāro atbalsta personu atkarības iestāšanās gadījumā. Lielākā daļa interviju dalībnieku tomēr nevarēja nosaukt, kāda veida palīdzību tie meklētu atkarību gadījumā, taču, turpinot intervijas, visbiežāk kā pirmā atbalsta personas parādījās ģimenes ārsts vai narkologs. Vienlaikus, kā norāda NVO pārstāvji, ārstniecības personālam

trūkst kapacitātes un zināšanu par procesu atkarības jautājumiem, lai sniegtu nepieciešamo palīdzību, kas parāda nepieciešamību veikt izglītošanu šajā virzienā.

Tiem dakteriem vajadzētu būt skaidrākiem. Kaut kādām ārstniecības iestādēm visām vajadzētu informēt par tādām iespējām. Brīvi par to runāt, nezinu – ar ģimenes ārstiem. (Intervija ar anonīmiem NVO pārstāvjiem)

Otra grupa, ar kuru nepieciešams strādāt, lai mazinātu procesu atkarību izplatību sabiedrībā un veicinātu izpratni par saistītajiem jautājumiem, ir vecāki. Kā intervijās norādīja eksperti, šobrīd vecākiem kritiski trūkst izpratnes par procesu atkarību jautājumiem, kā rezultātā vecāki izjūt būtisku stresu attiecībā uz mainīgajiem jauniešu paradumiem internetā un spēlēšanu, no kā izriet mēģinājumi šos paradumus kontrolēt, kas savukārt rada spriedzi vecāku un bērnu attiecībās.

Daudz tur, protams, ir panikas. Protams, arī ar datora atkarībām, telefoniem, tur ir tīri laikmeta un vērtību problemātika. Respektīvi, vecāki neuztraucas, ja bērns 3 stundas sēdētu ar grāmatu rokās, bet viņš nosēž ar planšeti – tā, protams, ir problēma. Tur, manuprāt, ir ļoti daudz visādu mītu. (Nils Konstantinovs, psihoterapeits)

Interviju dati liecina, ka svarīgi nodrošināt informācijas pieejamību ne tikai izglītības iestādēs, bet arī medicīnas iestādēs un izglītot vecākus par attiecīgajām tēmām.

Daļa vecāku neapzinās riskus, viņiem jābūt informētiem par to, ka, dodot planšeti kā aukli 4-5 stundas dienā, viņi reāli neapzinās riskus. Manai paziņai meitai ir 4 gadi, un viņa slikti runā. Es jau viņai saku, ka viņa slikti runā nevis tāpēc, ka viņai ir garīga atpalcība, bet tāpēc, ka viņa sēž datorā un nekomunicē. Viņa runā tikai tās frāzes, kas ir multenēs. Paldies Dievam, viņiem saplīsa dators, pagājuši 2 mēneši, un bērns runā daudz labāk. Man liekas, tā ir galvenā problēma, mēs esam ļoti... Nevienš nerunā par atkarībām un izliekas, ka nav, jo tas ir tik ļoti nepieklājīgi. (Sieviete, 33 gadi)

Tāpat speciālisti uzsver, ka informēšanai jābūt saistītai ar atbalsta mehānismiem.

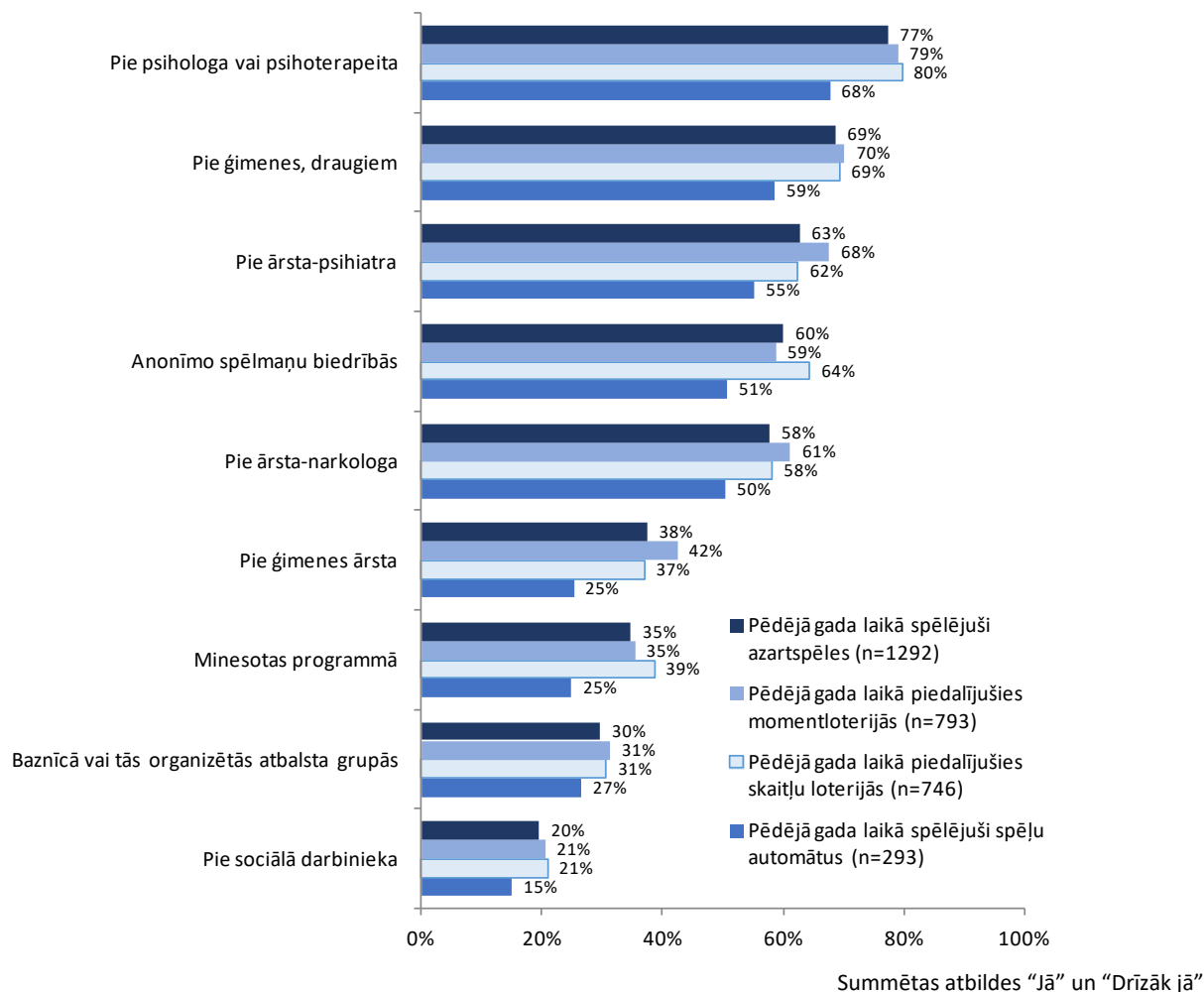
5.2.1. Palīdzības sniegšana problēmu ar azartspēlēm gadījumā

Aptaujas dati rāda (skatīt 5.2.attēlu), ka populārākais avots azartspēļu spēlētāju vidū, lai vērsos pēc palīdzības, ir psihologs vai psihoterapeits – uz to norādījuši 77% no tiem, kas pēdējā gada laikā spēlējuši azartspēles, tam seko tuvinieki (69%) un ārsts-psihiatrs (63%). Uz anonīmo spēlmaņu biedrībām un ārstu-narkologu tiek norādīts jau retāk (attiecīgi 60% un 58% no tiem, kas pēdējā gada laikā spēlējuši azartspēles), savukārt Minesotas programmai atpazīstamība ir ļoti zema – tur ieteiktu vērsties 35%, taču svarīgi, ka 41% šajā gadījumā sniedzis atbildi “grūti pateikt”.

Ja rezultātus skata atkarībā no spēļu veidiem, tad konstatējams, ka tie, kas pēdējā gada laikā spēlējuši spēļu automātus, kopumā visus potenciālos palīdzības avotus par piemērotiem atzinuši retāk, turklāt starpība veidojas uz noliedzošo atbilžu nevis “grūti pateikt” rēķina – ticamākais skaidrojums šeit ir nopietnākas piedzīvotās problēmas un no tās izrietoša skeptiskāka attieksme pret iespējamo palīdzību. To apstiprina arī pašu spēlētāju intervijās un diskusijā teiktais.

Momentloteriju spēlētāji nedaudz biežāk par citiem norāda uz to, ka būtu jāvērstas pie ārsta (psihiatra, narkologa, ģimenes ārsta), kamēr skaitļu loteriju dalībnieki mazliet biežāk ieteiktu mazāk medicīniskus risinājumus. Jāpiebilst, ka šie divi spēļu veidi salīdzinoši retāk nekā citi rada problēmas.

5.2.attēls. Kur būtu iespējams vērsties pēc palīdzības



Kvalitatīvie dati rāda, ka, salīdzinot ar pārējām procesu atkarībām un saistītajiem procesiem, azartspēļu atkarība biežāk tiek atpazīta kā atkarība un šādi problematizēta. Vienlaikus gan atkarīgās personas, gan arī speciālisti norāda uz informācijas trūkumu par to, kā rīkoties gadījumā, ja rodas bažas par atkarības iestāšanos.

Manuprāt, tā problēma ir tāda, ka, jā, viņš varbūt izpilda to testu. Tur atkal ir tas jautājums "ko man tālāk darīt?". Tālāk mums arī tā informētība ir jānodod. Tas mesidžs [ziņa], ko tad mēs tālāk ar to informāciju darām. Tāpēc arī ir svarīgi tie izglītojošie pasākumi, kampaņas, tā pieejamība informācija, ka cilvēki zina "jā, man ir šī problēma". Nu, labi, tad es tālāk zinu, ko es daru, kādi ir mani tālākie soļi. (Līga Timša, Veselības ministrija Sabiedrības veselības departaments)

Cilvēki jau nesaprot, ka viņi ir slimi, liekas, ka viņiem vienkārši jāpamaina kaut kas dzīvē. Es domāju citās valstīs tas ir diezgan populārs jautājums, un visi vienkārši zina, ka visiem ir jāiet ārstēties, tāda slimība. Te to neuztver par slimību, azartspēles ir azartspēles. (intervija ar anonīmiem NVO pārstāvjiem)

..būtu jauki, ja katrai loterijai apakšā būtu – ja problēmas, zvaniem. Katrā spēļu zālē jābūt publiski lielumam, ja jūtu, kad netiec galā, zvani. Mēs jums palīdzēsīm. (Fokusgrupu diskusija, vīrietis, 34 gadi)

Tas, kas vieno azartspēļu atkarību ar citiem procesu atkarību veidiem, ir izteikta individuālās atbildības un vainas uzsvēršana. Fokusgrupu diskusijā izteikto ieteikumu pārējie dalībnieki vērtēja ka neefektīvu, uzskatot, ka vispirms ir jābūt vēlmei meklēt palīdzību un tikai tad uzmanība tiek pievērsta palīdzības veidam. Atkarīgā persona gan no individuālās, gan apkārtējo perspektīvas tiek uztverta kā personīgi atbildīga par radušos situāciju, kas savukārt bieži neļauj meklēt palīdzību ārpus individuāliem mēģinājumiem ierobežot sevi un savu atkarību.

Es pats māku ar sevi. Man apkārt ir līdzcilvēki, kas man palīdzēs. Pat vairāk runājot ar viņiem, es tieku pāri šitam murgam. (Vīrietis, 33 gadi)

...jāiemācās sevi turēt grožos. Jāzina, cik tālu vari iet, un jāatrod sevī tas spēks. Tas pats, kas veģetatīvā distonija, pašai ar sevi jāiemācās strādāt, zāles nepalīdz. Jāiemācās sev kādā brīdī to vārdu "stop". (Fokusgrupu diskusija, sieviete, 31 gads)

Mēs nevaram paņemt pie rokas un aizvest, ja cilvēks negrib. Nevienu atkarību, ne kaut ko neizdarīs, ja cilvēks pats negribēs. Ne man ieliet alkoholu mutē kāds ies, ne arī kāds mani aizvedīs pie daktera, ja es negribēšu. Tas ir skaidrs! Cilvēkam ir jāgrib. Pašam ir jāgrib no tā visa tikt vaļā. (Sieviete, 72 gadi)

Kā galvenais un vēlamais atbalsta veids intervijās tika minēti apkārtējie cilvēki, ģimene, kamēr no profesionālā atbalsta biežāk tika minēts psihologs vai psihoterapeits, tādējādi rezultāti šajā ziņā apstiprina iedzīvotāju aptaujā konstatēto. Taču šeit jāuzsver iepriekš uzsvērtā individuālā atbildība, kas, iespējams, traucē atkarīgajām personām meklēt palīdzību, piemēram, Anonīmajos Spēlmaņos vai līdzīgās organizācijās.

Kā jau minēts, azartspēļu atkarība bieži saistīta ar augstu līdzatkarības risku. Atkarīgās personas bieži izmanto personīgos un dzimtas kontaktus, lai no radniekiem un draugiem dažādos veidos iegūtu dažāda apmēra naudas summas parādu segšanai. Kaut arī kopumā tas var vēl jo vairāk padziļināt atkarīgās personas postu un sociālo izolāciju, vienlaikus tas arī ir viens no iespējamajiem saskares punktiem, kur atkarīgā persona var saskarties ar realitāti un mudinājumiem meklēt palīdzību.

Padomju laiks bija beidzies, nepratu jūtas, emocijas izpaust. Es arī pats tajā brīdī neprasīju to, nesapratu, ka to vajag. Māte it kā kaut ko jūta. Māte nenovērsās no manis. Viņas māšas teica, ka šitā vispār, sūdi nenormālākie, bet viņa to pieņēma. Man pat likās, ka tas bija saistīts ar māti, ka es beidzu spēlēt. (Vīrietis, 38 gadi)

Tas bija 2017. gads, kad jutu, ka nu jau ir dimbā. Es aizņēmos lielas summas no nepareizajiem cilvēkiem, es sāku just, ka nu jau iet par traku. Kad es sāku aizņemties, atdot vairs nevaru, un problēmas sākās. Tad man cilvēki vienkārši pateica, ka jāiet. Man iedeva naudu ar noteikumiem, ka man jāiet uz tiem anonīmajiem. (Vīrietis, 33 gadi)

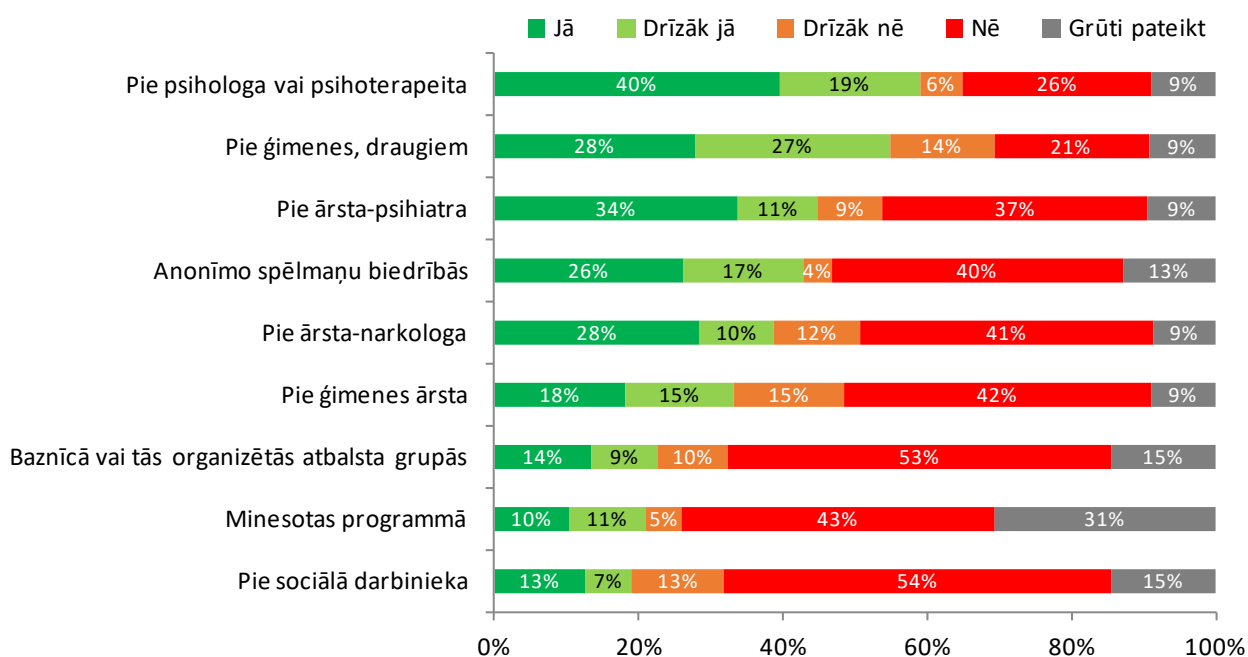
Ģimenes un draugu atbalsts var kalpot par vērtīgu resursu atkarību pārvarēšanas procesā, jo ļauj atkarīgajai personai atgūt zināmu rīcībspēju un piesaisti realitātei atbildības pret tuviniekiem dēļ.

5.2.2. Palīdzības sniegšana interneta problemātiskas lietošanas gadījumā

Ja vērtējam viedokļus par to, kur vajadzētu vērsties pēc palīdzības interneta problemātiskas lietošanas gadījumā, tad tie, kam saskaņā ar Jangas skalu ir problemātiski interneta lietošanas paradumi, kopumā ir skeptiskāki par palīdzības saņemšanas iespējām, salīdzinot ar visu respondentu kopumu – tas izpaužas augstākā atbilžu “drīzāk nē” un “nē” īpatsvarā attiecībā uz jebkuru palīdzības avotu, kas anketā tika piedāvāts, kā arī attiecīgi zemākā “jā”, “drīzāk jā” un “grūti pateikt” īpatsvarā. Vismazākās atšķirības no visa respondentu kopuma atbildēm (un tādējādi vismazākais skepticisms) ir attiecībā uz palīdzības meklēšanu pie ģimenes ārsta un sociālā darbinieka.

Kopumā pēc Jangas skalas identificēto “problemātisko” lietotāju atbildes rāda (skatīt 5.3.attēlu), ka visbiežāk tiek ieteikts vērsies pēc palīdzības pie psihologa vai psihoterapeita (59%), tam seko tuvinieki (55%) un ārsts psihiatrs (45%). Pie ģimenes ārsta ieteiktu vērsties 33% šo respondentu.

5.3.attēls. Kur personai ar azartspēļu, datorspēļu vai pārmērīgas interneta lietošanas problēmām vajadzētu vērsties pēc palīdzības



Bāze: Tie, kam saskaņā ar Jangas interneta atkarības skalu ir problemātiski interneta lietošanas paradumi (n=149)

Tādu respondentu, kas neiesaka vērsties ne pie viena no piedāvātajiem avotiem (respektīvi, visos gadījumos atbild “drīzāk nē”, “nē” vai “grūti pateikt” gan starp potenciāli problemātiskajiem interneta lietotājiem ir mazāk nekā visā respondentu kopumā.

Savukārt tad, kad jautāts par reālu palīdzības meklēšanu, visbiežāk izmantots tiek nevis psihologs vai psihoterapeits, bet gan draugi un ģimene – 28% respondentu ar problemātiskiem paradumiem, kas ir domājuši, ka viņiem varētu būt problēmas ar pārmērīgu interneta lietošanu, saka, ka vērsušies pēc palīdzības tieši tuvāko cilvēku lokā (skatīt 5.4.attēlu). To, ka konsultējušies pie psihologa vai psihoterapeita, norāda vien 9%, bet pārējo palīdzības avotu īpatsvars ir vēl niecīgāks.

Tie, kas pēc palīdzības nav vērsušies, lai arī ir domājuši, ka problēmas varētu būt, un par to liecina arī Jangas skala, visbiežāk nav uzskatījuši, ka problēma ir gana nopietna (te gan absolūtie skaitļi ir mazi – tā domājuši 76% no 48 respondentiem).

5.4.attēls. Kur ir vērsušies pēc palīdzības



Bāze: Tie, kam saskaņā ar Jangas interneta atkarības skalu ir problemātiski interneta lietošanas paradumi, un kas norādījuši, ka ir domājuši, ka viņiem ir problēmas ar pārmērīgu interneta lietošanu (n=75)

Kvalitatīvie dati lielā mērā apstiprina kvantitatīvo datu rādījumus – pētījuma dalībnieki neuztver ar interneta lietošanu saistītās problēmas kā tādas, kurām nepieciešama speciālista palīdzība. Līdzīgi situācijai ar videospēlēm, ko analizējam zemāk, arī šeit kā galvenais iespējamais atbalsta punkts tiek minēts psihologs vai medicīnas speciālists, kamēr sociālā darbinieka loma tiek skatīta kā nebūtiska.

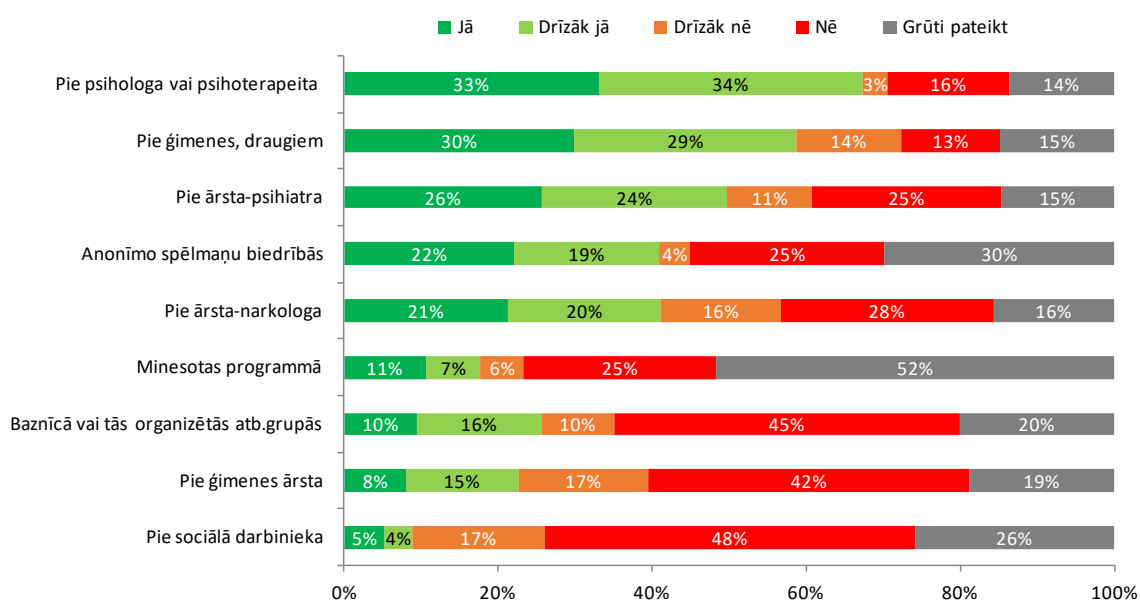
Kā iespējamie atbalsta mehānismi no valsts puses tiek minētas alternatīvu nodarbjū piedāvājums, kas ļautu veidot veselīgākus komunikācijas paradumus.

5.2.3. Palīdzības sniegšanas mehānismi videospēļu gadījumā

Jautājot ar videospēļu atkarības skalu atlasītajiem spēlētājiem (kam konstatējamās problēmas ar spēlēšanu vai atkarību) par iespējamajiem palīdzības veidiem, arī te visbiežāk atpazītais veids ir psihologa un psihoterapeita palīdzība (67% atzīst un drīzāk atzīst šo iespēju – skatīt 6.5.attēlu). Nākamā populārākā iespēja, ko cilvēki, kam raksturīgas problēmas ar spēlēšanu nosauc, ir ģimene un draugi (59%), bet vēl 50% norāda uz ārstu-psihiatru. Sociālais darbinieks ir visnepopulārākā iespēja no anketā piedāvātajām (9% uzskata ka pie viņa vajadzētu vērsties, bet ceturtajai daļai respondentu to grūti izvērtēt).

Kopumā par palīdzības iespējām saņemts gana augsts “grūti pateikt” īpatsvars – sākot ar 14% pie psihologa vai psihoterapeita iespējas un beidzot ar 30% anonīmo spēlmaņu biedrību un 52% Minesotas programmas gadījumā. Bez anketā piedāvātajām iespējām respondenti minējuši arī Dievu un reliģiju, netradicionālo medicīnu, dziedniekus, meditāciju, jogu, dažādas aizvietojošas aktivitātes, vides maiņu, internetu un citus risinājumus.

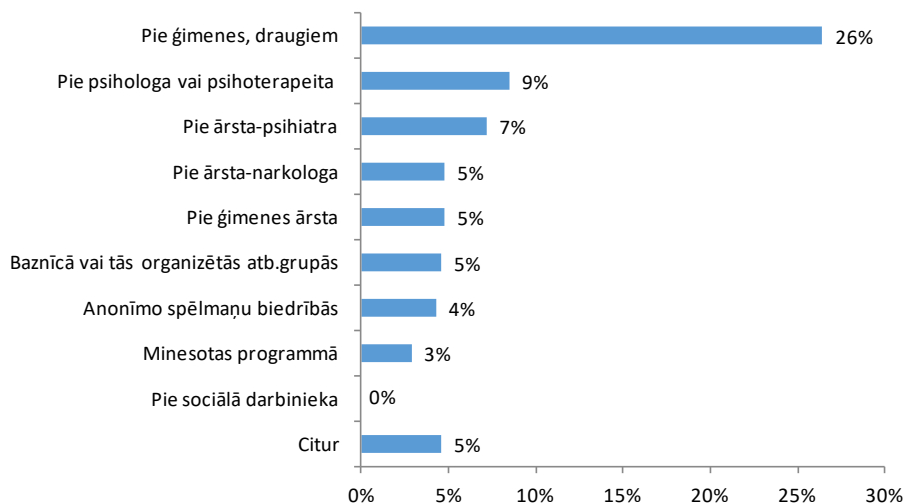
5.5.attēls. Kur vajadzētu vērsties pēc palīdzības



Bāze: Tie, kam saskaņā ar videospēļu atkarības skalu ir problēmas ar videospēļu spēlēšanu vai atkarība (n=150)

Faktiskā situācija, kā šie cilvēki rīkojas, gan ir ievērojami savādāka. Vairāk par pusi no tiem, kam saskaņā ar videospēļu atkarības skalu ir raksturīga problemātiska spēlēšana (81 no 150 respondentiem absolūtos skaitļos), sacīja, ka viņi nav domājuši, ka viņiem būtu raksturīgas problēmas ar pārmērīgu spēlēšanu, tādējādi šiem respondentiem anketā netika vaicāts, kur tieši viņi meklējuši palīdzību.

5.6.attēls. Kur ir vērsušies pēc palīdzības



Bāze: Tie, kam saskaņā ar videospēļu atkarības skalu ir problēmas ar videospēļu spēlēšanu vai atkarība un kas norādījuši, ka ir domājuši, ka viņiem ir problēmas ar pārmērīgu spēlēšanu (n=69)

Savukārt no atlikušajiem visbiežāk sastopamā atbilde attiecībā uz vērstanos pēc palīdzības ir tāda, ka tā meklēta pie ģimenes un draugiem, turklāt arī to izvēlējušies tikai 26% (skatīt 5.6.attēlu). Visus pārējos palīdzības avotus minējuši vien atsevišķi cilvēki.

Arī padziļinātās intervijas apliecina, ka lielākā daļa personu ar problemātiskiem spēlēšanas paradumiem, neuzskata, ka tiem nepieciešama jebkāda veida profesionāla palīdzība. Šis apstāklis skaidrojams ar iepriekš minēto novērojumu, ka spēlētāji problēmas parasti piedzīvo saistībā ar krīzēm

personīgajā dzīvē. Tādējādi, krīzes situācijai noslēdzoties, noslēdzas arī problemātiskās spēlēšanas epizode, kas spēlētājiem rada pārlicību, ka meklēt palīdzību šādā gadījumā vairs nav nepieciešams. Šāda pieeja neļauj spēlētājiem identificēt trūkstošās stresa menedžmenta vai laika plānošanas prasmes, kuru iztrūkums novedis pie problemātiskās situācijas veidošanās.

Sociālais darbinieks kā iespējamā atbalsta persona arī intervijās vispār netika minēta. Valsts un pašvaldību institūciju loma kopumā tiek skatīta kā nenozīmīga, liela daļa intervēto personu nevarēja iedomāties veidus, kādos tās varētu iesaistīties šādu situāciju risināšanā, atsevišķos gadījumos informanti pat aktīvi iestājās pret valsts iesaisti. Valsts un pašvaldību loma galvenokārt tādējādi tika saskatīta divos galvenajos veidos.

Pirmkārt, lielākā daļa interviju dalībnieku piekrita, ka nepieciešams par šāda veida problemātiku runāt izglītības iestādēs, it īpaši piesaistot cilvēkus, kuriem ir bijusi šāda problemātiska pieredze, kuru dalīšanas savos stāstos tika skatīta kā pati vērtīgākā prakse.

Otrkārt, valsts un pašvaldības tiek skatītas kā atbildīgas par alternatīvu nodarbju piedāvāšanu. Vairāki interviju dalībnieki norādīja, ka, lai palīdzētu pārvarēt intensīvas spēlēšanas epizodes, cita veida aktivitātes var būt ļoti noderīgas, taču atšķirībā no videospēlēm tās mēdz būt grūtāk pieejamas:

Ir jāsniedz palīdzība, bet tādā ziņā, ka ir jādabū vieglāk piekļūt cilvēkiem pie šiem hobijiem vai pie kādām biedrībām. Arī fiziskās aktivitātes ir šausmīgi dārgas. Piemēram, jauniešiem Rīgā nekur nav svaru zāle, kur tu vari iet trenēties par brīvu. Baseini, kuros varētu doties kaut kādās fiziskās aktivitātēs. Nodarbības, kuras varētu būt par brīvu, lai tu varētu kaut kādā ziņā pilnveidot sevi. Ir ļoti maz pulciņu priekš cilvēkiem, kur ir izgājuši cauri tam bērnības vecumam. Bērniem ir vieglāk, viņiem ir visādi mājturības pulciņi, skolā pulciņi, ir arī apmaksāti baseini, bet pieaugušiem cilvēkiem, kad tev paliek 18, rupji sakot, tu ne velna neko nevari darīt vairs! Viss maksā naudu! (Vīrietis, 20)

Interviju dalībnieki uzsvēra tuvinieku ieinteresētības un tolerances nozīmi. Tā, piemēram, no vecākiem tiek sagaidīta ne tikai spēja pamanīt, ka bērns piedzīvo emocionālus sarežģījumus, kuri tiek risināti (un reizēm piedzīvoti) virtuālajā vidē, bet arī, ka vecāki izturēsies ar sapratni pret to virtuālo vidi, kurā persona izvēlas atrasties. Šo situāciju labi raksturo tiešsaistes spēļu izteiciens "tiešsaistes spēli nevar apturēt" (*you cannot pause an online game*), kas nozīmē, ka spēlētājs, kurš kādu iemeslu dēļ pārtrauc dalību spēlē, var piedzīvot apcelšanu vai pat izslēgšanu no spēlētāju grupas.

Palīdz, ja atrauj no datora. Grūti parasti, jo cilvēkam nav vēlēšanās nekur vispār iziet ārā no mājas. Iesēšanās savā siltajā migā. Ja vajadzētu palīdzēt draugiem, nopirktu biļeti uz filmu, uzaicinātu uz kafiju, ko es apmaksātu, lai prasītu no tā cilvēka atdevi. Emocionālu kaut kādu nav vērts, bet izrādīt [atbalstu]... Nezaudēt kontaktu varbūt. Tas varbūt varētu palīdzēt. (Sieviete, 29)

Visbeidzot, sniedzot atbalstu spēlētājiem, svarīgi atpazīt, kāda veida spēles tiek spēlētas, jo, kā jau iepriekš iezīmēts, spēlētāju pieredze un atbalsta mehānismi var atšķirties atkarībā no tā, vai spēle ir tiešsaistes spēle vai spēlēšana notiek vienatnē, kā arī no izmantotās ierīces veida. Tā, piemēram, tiešsaistes spēļu gadījumā citi iesaistītie spēlētāji var tikt uztverti kā vēl viens resurss, kas var palīdzēt piekļūt personai, kura iegrimusi spēlē.

SECINĀJUMI

1. Pētījumā analizējamās ar procesu saistītās atkarības nav viennozīmīgi definējamās parādības un aptver virkni dažādu fenomenu. Viennozīmīga saikne ar atkarības procesu ir medicīniski pierādīta azartspēļu atkarībai un nesenākā laikā arī videospēļu spēlēšanai. Jomas aptveri apgrūtina arī atkarību izveides procesa kompleksā daba – tā saistīta ar personas attīstību, īpaši agrīnā posmā, sociālajiem apstākļiem un vidi.
2. Ņemot vērā dažādu procesu atkarības ietvaros iekļauto nodarbjū amplitūdu, nevar runāt par vienotu procesu atkarību izraisītu potenciālu kaitējumu un skarto personu grupu. Vienlaikus iespējams mērīt dažādu atkarību veidu skarto personu vai problemātisko lietotāju īpatsvaru populācijā un skarto personu grupā, lai attiecīgi mērķētu profilakses un ārstēšanas pasākumus.
3. Pētījums rāda, ka problemātiskas azartspēļu **spēlēšanas prevalence** sabiedrībā ir 6,4%, tai skaitā 1,3% ir problēmas ar azartspēļu spēlēšanu ar negatīvām sekām un iespējamu kontroles trūkumu, bet vidēja uz zema līmeņa problēmas – 4,1%. Attiecinot respondentu grupu uz ģenerālkopu, Latvijā no azartspēlēm dažādā pakāpē varētu ciest 79 119 personas 15-64 gadu vecumā, no tām 16 162 personām problēmas varētu būt smagākajā pakāpē. Netika mērīta konkrētu spēļu veida ietekme, tomēr spēļu automātu spēlētāju vidū problemātiskas spēlēšanas prevalence ir visaugstākā, attiecinot to uz visiem respondentiem, tā veido 2,1%. Problemātiska izplatība Latvijā ir nedaudz augstāka nekā tā, kas, izmantojot līdzīgus instrumentus, atklāta Lielbritānijā un Čehijā.
4. No **videospēļu spēlēšanas atkarības** varētu ciest aptuveni 0,5% visu respondentu, bet problēmas ar videospēļu spēlēšanu ir vēl 2,4%. Rēķinot absolūtos skaitļos, problēmas varētu skart kopā 35 286 iedzīvotāju 15-64 gadu vecumā, no tiem 5 642 – videospēļu atkarība.

Mazadaptīvi/traucēti **interneta lietošanas paradumi** skar 7% visu respondentu jeb 90 482 iedzīvotājus 15-64 gadu vecumā, bet problemātiski interneta lietošanas paradumi – vēl 3% respondentu jeb 36 079. Kopā tas ģenerālkopā būtu 126 561 cilvēks.

Jāatzīmē, ka prevalence rēķināta, ņemot vērā regulārus spēlētājus aptaujas brīdī, bet neuzrāda personas, kuras cieš no kāda no procesu atkarības veidiem, bet patlaban ir remisijā. Tāpat procesu atkarības sekas skar plašāku personu loku – spēlētāju ģimenes locekļus.
5. Viena no galvenajām dažādu procesu atkarības skartajām mērķgrupām ir jaunieši. Gan azartspēļu, īpaši spēļu automātu, spēlēšana, gan videospēles un pārmērīga viedierīču lietošana raksturīga tieši jauniešiem. Šai grupai ir arī mazāk kritiska attieksme pret procesu potenciālo kaitējumu un biežāk raksturīgs uzskats, ka paši ar problēmām var tikt galā.
6. Kopumā vērojama arī citviet pētījumos konstatētā saistība azartspēļu un loteriju spēlēšanas saistībai ar citām garīgās veselības problēmām (depresija, trauksme, sliktāks veselības vērtējums) un vielu atkarībām, taču nav viennozīmīgi iespējams pateikt cēloņsakarību. Videospēļu gadījumā šī saikne ir mazāk izteikta.

7. Visās pētījumā aprakstītās nodarbēs visbiežāk iesaistīti vīrieši un to īpatsvars ir augstāks arī problemātisko spēlētāju/lietotāju grupās. Salīdzinoši augstāks sieviešu īpatsvars ir loteriju spēlētāju vidū.
8. No paradumus ietekmējošiem faktoriem vērtēta salīdzinoši augstā azartspēļu un interneta sakaru pieejamība. Latvijā vidējais azartspēļu spēlēšanas uzsākšanas vecums ir zem 20 gadiem. Savukārt interneta sakaru augstāka pieejamība Rīgā radījusi arī augstākus riskus pārmērīgai lietošanai, salīdzinot ar laukiem un mazpilsētām.
9. Patlaban azartspēles ir no visiem analizējamiem procesiem regulētākais veids gan ES, gan nacionālā līmenī. Ja iepriekš Latvijā azartspēles galvenokārt skatītas ēnu ekonomikas apkarošanas un nodokļu politikas ietvaros, tad tagad tiek plānots plašāks ietvars, kas būtu vērsts uz spēļu radītā kaitējuma novēršanu. Te iezīmējas vairāki attīstības virzieni – atbildīgas spēlēšanas un kontroles veicināšana, starpsektorālas atbalsta sistēmas veidošana un dažādi aizliegumi spēļu pieejamības mazināšanai. Aptauja rāda, ka iedzīvotāji atbalsta stingrāku aizliegumu ieviešanu.
10. Interneta pārmērīgas lietošanas un videospēļu jomā netiek veidota īpaša politika. Ir ieviestas prasības videospēļu izplatītājiem, taču tās skar vien nelielu daļu Latvijā pieejamo videospēļu. Galvenie rīcības virzieni ir jauniešu izglītošana, izglītības programmās ietverot ar atkarībām saistītu saturu, kā arī īstenojot neformālās izglītības projektus. Izvērtējums šiem projektiem nav veikts, un daļa ekspertu un pašu jauniešu ir skeptiski noskaņoti par to efektivitāti. Patlaban tiek veidoti jauni kopienā balstīti atbalsta pasākumi, kuri aptver arī procesu atkarību – tādi ir pieejami Rīgā un Liepājā.
11. Ja azartspēļu spēlētāju uzrunāšana ir efektīvāka spēļu vietās un vietnēs, tad videospēļu spēlētāju un interneta pārmērīgu lietotāju tieša uzrunāšana nav iespējama. Galvenā mērķauditorija te ir jaunieši gan augstāka problemātiskā lietotāju īpatsvara, gan pieejamības apsvērumu dēļ.
12. Veselības aprūpes sektorā nonāk vien daļa personu, kas varētu piedzīvot atkarības problēmas. Šie pakalpojumi arī nav valsts apmaksāti. Procesu atkarības gadījumā liela nozīme ir sadarbībai ar labklājības un izglītības sektoru, kur problemātiskā spēlēšana vai lietošana tiek konstatēta. Pētījums nevērtēja veselības aprūpes speciālistu pieejamības statistiku, taču pastarpināti ekspertu teiktais liecina, ka situācijā, kad joprojām nav atrisināta piekļuve vielu atkarības ārstēšanai, procesu atkarība paliek otrajā plānā. Tāpat nav uz pusaudžiem un jauniešiem vērstu pakalpojumu, kas ļautu problēmas risināt iespējami agri. Vienlaikus veselības aprūpes sistēmā resursi netiek pienācīgi koordinēti, un nereti tiek veidotas paralēlas palīdzības sniegšanas sistēmas, pakalpojumu sniedzējiem konkurējot savā starpā.
13. Paši spēlētāji slikti pārzina palīdzības veidus, visbiežāk atpazīstot psihologa un psihoterapeita pakalpojumu, bet reti iedomājoties par ģimenes ārstu kā resursu. Praktiskajā dzīvē galvenais palīdzības avots ir atkarīgās personas tuvinieki, draugi un kolēģi.
14. "Atkarība" ir īsākais latviski lietojamais vārds, lai aprakstītu pieradumu pie azartspēlēm, datorspēlēm un nodarbēm internetā, tomēr šis sabiedrībā lietotais jēdziens nav sinonīms

terminam medicīniskā, zinātniskā nozīmē. Par atkarību populāri runā situācijās, kad paradums kļūst traucējošs apkārtējiem vai pašai atkarīgajai personai.

15. Medijos atrodams maz saprotamā valodā rakstītas informācijas, kas būtu veidota no klientu perspektīvas un vajadzībām. Analizētie mediju raksti ir maz komentēti, taču tajos salīdzinoši bieži ar pieredzi dalās tieši līdzatkarīgās personas, kurām bijis grūti atrast atbalstu.

Raksti galvenokārt atspoguļo problēmas definīcijas līmenī vai vispārēji apraksta procesu. Nepieciešama informācija par palīdzības meklēšanas iespējām gan agrīnā problēmas stadijā, gan vēlāk. Procesu atkarības jautājumi nešķiet pārāk interesanti auditorijai, ko, iespējams, rada veids, kā tēma tiek pasniegta – smagnējā valodā, izmantojot zinātnisku terminoloģiju svešvalodā. Par to, ka problēma ir aktuāla, liecina daudz augstāks sniegtais komentāru skaits pie raksta, kur par atkarību runāts dzīvesstāsta kontekstā.

REKOMENDĀCIJAS

AZARTSPĒĻU NOZARES REGULĒJUMS

1. **Kontrolētas spēlēšanas veicināšana** ir viens no kaitējuma “maigākajiem” ierobežošanas veidiem, un to atbalsta arī nozares pārstāvji:
 - 1.1. **Apmācīt darbiniekus**, kas nonāk saskarsmē ar klientiem, lai tie varētu sniegt klientiem zināšanas un prasmes atbildīgā azartspēļu spēlēšanā. Dānijas piemērs liecina, ka spēļu operatoriem ir liela nozīme klientu aizsargājošas informācijas sniegšanā;
 - 1.2. Izstrādāt **indikatoru komplektu**, kuru veido spēlētāja uzvedības rādītāji savā spēļu profilā (bieža limitu palielināšana, pieaugošs spēles laiks u. c). Šie indikatori var kalpot kā obligātas rīcības vadlīnijas operatoriem, veidojot vienotus noteikumus. Dānijas gadījumā pat tiek rekomendēta problemātisku spēlētāju piespiedu izslēgšana;
 - 1.3. Izstrādāt lasītājam saistošus **izglītojošus materiālus**, piemēram, informāciju par spēles uzbūvi, riskiem;
 - 1.4. Spēlētājiem zināmi un viegli pielietojami **rīki likmju ierobežošanai**, kā arī informācija par zaudējumu un bilances līdzsvaru. Tādu vieglāk izvietot tiešsaistes spēlēs, taču līdzīgus instrumentus var ieviest klātienē spēlēs, ļaujot piekļūt spēlētāja aktivitātes ziņojumam. Būtiski, ka šī informācija ir pieejama visās spēļu vietās;
 - 1.5. **Laika norādes**, kas ļauj spēlētājam apzināties spēlē pavadīto laiku;
 - 1.6. **Spēlēšanas laikā sniegto bonusu ierobežošana** (alkohola, tabakas izstrādājumu piedāvāšana par brīvu), kas spēlētājiem ļauj labāk saglabāt kontroli;
 - 1.7. Nodrošināt, ka spēļu zālēs, līdzīgi kā kazino, **dokumentu uzrādīšana ir obligāta prasība** nevis atkarīga no zāles darbinieku lēmuma;
 - 1.8. Regulējuma precizēšana, lai nodrošinātu, ka telpas, kurās tiek sniegti **ēdināšanas u.c. pakalpojumi pēc būtības tiek nodalītas no telpām, kurās tiek spēlētas azartspēles**.
2. **Azartspēļu pieejamības ierobežošanai** eksperti un pētījuma dalībnieki izvirza vairākus ieteikumus:
 - 2.1. Paplašināt **vecuma ierobežojumu azartspēļu spēlēšanai līdz 21 gada vecumam**. Pētījums apstiprina, ka jaunieši ir galvenā riska grupa. Savukārt spēļu automātu, totalizatoru agrīna spēlēšana rada ne tikai atkarības izveidošanos, bet arī finanšu riskus;
 - 2.2. **Azartspēļu reklāmas stingrāks ierobežojums vai aizliegums**. Paši spēlētāji, kas cieš no atkarības, aicina aizliegt ārēju vizuālu reklāmu spēļu vietās;
 - 2.3. Attiecībā uz loteriju reklāmu pētījums norāda vizuālā noformējuma un patriotisma ietekmi uz patēriņu. Pētījuma dalībnieki piedāvā vairāku veidu **ierobežojumus, sākot no noformējuma ierobežojumiem līdz obligāta brīdinājuma uzraksta izvietojumam uz kupona**;

- 2.4. Lielākā daļa respondentu atbalsta **daļēju azartspēļu ierobežojumu**, nosakot **ierobežojumus spēļu zāļu izvietojumam**. Nedaudz mazāk respondentu, taču joprojām vairākums, atbalsta **pilnīgu azartspēļu aizliegumu**;
- 2.5. **Iekļaut azartspēļu sarakstā bērniem paredzētus spēļu automātus** (ar rotaļlietām) kā vēl vienu azartspēļu veidu. Šie automāti ir brīvi pieejami un izplatīti, ievadot spēlēšanas paradumā, kurš neatšķiras no paraduma izmantot spēļu automātus spēļu zālēs.
- 2.6. Tāpat būtiski turpināt sekot **situācijas attīstībai attiecībā uz jaunajiem azartspēlēm līdzīgajiem mehānismiem**, kuri atrodami videospēlēs. Kamēr šo aktivitāšu iekļaušana azartspēļu sarakstā pagaidām nav ierasta prakse, būtiski sekot līdz situācijas attīstībai un praksei citviet Eiropā.

AR VIDEOSPĒLĒM UN PROBLEMĀTISKU INTERNETA LIETOŠANU SAISTĪTĀ PROBLEMĀTIKA

1. Pārmērīgas interneta lietošanas paradumu ierobežošana likuma normās nav paredzēta, un arī starptautiskā praksē pieejamie risinājumi Latvijā netiek piemēroti. Lietotāji uzskata, ka **aizliegums Latvijā izplatāmo viedierīču sākotnējā programmatūrā iekļaut spēles** ļautu izvairīties no neplānotas spēlēšanas;
2. Galvenie risinājumi ES dalībvalstīs ir **informēšana** par spēļu satura un vecuma grupas ierobežojumiem, kā arī bērnu un jauniešu apmācība mediju pratībā, kura tiek īstenota arī Latvijā.
3. Kā risinājums galvenokārt tiek skatīta **novirzīšana uz alternatīvām nodarbēm**. Bērniem tās ir pieejamas, bet pilngadīgiem jauniešiem un pat pieaugušajiem trūkst informācijas par interešu izglītību un biedrošanās iespējām kopienā. Šī informācija izplatāma ne tikai caur vispārējiem pašvaldības kanāliem, bet arī riska grupās, tai skaitā caur atbalsta centriem, kur tie pieejami.

ATBALSTA SNIEGŠANAS MEHĀNISMI

1. **Kopienā balstītu atbalsta jauniešu un ģimenes centru izveide**. Šādi centri varētu kalpot arī kā plašāka iekļaujošas izglītības atbalsta centri, atbalstot bērnus, jauniešus, ģimenes un izglītības iestādes. Tie varētu būt resurss gan izglītojošiem pasākumiem, gan starpsektorālam atbalstam, risinot ne tika atkarību, bet arī patlaban nacionālajā dienaskārtībā esošās bērnu antisociālas uzvedības problēmas, veidojot vietējas speciālistu komandas. Šāds ieteikums sniegts arī kā efektīvākais atbalsta veids vecākiem, kuriem ir bērni ar invaliditāti un/vai speciālām vajadzībām.
2. **Sociālo darbinieku, ģimenes ārstu un pedagogu apmācība**. Eksperti intervijās norādīja, ka tiek gatavotas vadlīnijas par darbu ar atkarīgajām personām; tādas būtu noderīgas arī skolu personālam, ideālā variantā saistot šo sistēmu ar atbalsta centriem. Visi šie speciālisti var kalpot kā pirmais atbalsta punkts, vajadzības gadījumā novirzot klientu tam atbilstoša atbalsta saņemšanā.

3. Ar atbalsta centriem saistītu **izglītības pasākumu organizēšana** un īstenošana ir efektīvāks jauniešu izglītošanas veids, jo balstās reālā pieredzē ar atkarību problēmām un ir saistīts ar tālāko atbalsta ceļu.
4. **Jauniešu iesaistīšana** izglītojošo pasākuma satura veidošanā, vecinot kritiskās domāšanas un izvērtēšanas prasmes.
5. **Atkarīgo pieaugušo personu mērķgrupa kā pakalpojuma koordinējoša institūcija** varētu darboties IAUI, papildinot resursus ar atkarības speciālistiem, kuri ne tikai konsultētu klientus, bet monitorētu situāciju un koordinētu atbalsta resursus.
6. **Veselības aprūpes pakalpojumu – medicīniskās rehabilitācijas** labāka integrācija ar citiem pakalpojumiem. Informēšana par pakalpojumiem nav efektīvākais veids, lai sasniegtu mērķgrupu; tam nepieciešama koordinējoša institūcija. Tāpat jārisina piekļuves trūkums valsts finansētam rehabilitācijas pakalpojumam procesu atkarības gadījumā, gatavojoties datorspēļu atkarības pievienošanai slimību klasifikatorā.
7. **Uz jauniešiem vērstu medicīniskās rehabilitācijas pakalpojumu ieviešana.** Ne vienmēr bērniem un jauniešiem piemērota ilgstoša stacionāra ārstēšana. Šie pakalpojumi būtu integrējami kopienas atbalsta centru sniegtajā atbalstā.
8. Ar **procesu atkarību saistītu jautājumu komunicēšanā** jāizvairās no stigmatizācijas un atbildības piešķiršanas atkarīgajai personai. Komunikācijai jābalstās pozitīvā valodā, orientējoties uz atbalstu. Atbalsta sistēma gan vēl nav izveidota, kas aprūtinā atkarīgo personu motivācijas procesu.

VĒRES

LATVIJAS NORMATĪVIE AKTI

1. Azartspēļu un izložu likums <https://likumi.lv/doc.php?id=122941> [skatīts 18.04.2019]
2. Bērnu tiesību aizsardzības likums, <https://likumi.lv/doc.php?id=49096> [skatīts 18.04.2019]
3. 2004.gada 25.marta Ministru kabineta noteikumi Nr.176 "Izložu un azartspēļu uzraudzības inspekcijas nolikums" <https://likumi.lv/doc.php?id=86981> [skatīts 18.04.2019]
4. 2006.gada 6.jūnija MK noteikumi Nr.452 "Datorspēļu izplatīšanas noteikumi" https://likumi.lv/doc.php?id=137101&version_date=10.06.2006 [skatīts 18.04.2019]
5. 2006.gada 8. jūnija Grozījumi Azartspēļu un izložu likumā <https://likumi.lv/ta/id/137885-grozijumi-azartspelu-un-izlozu-likuma> [skatīts 18.04.2019]
6. 2006.gada 27. jūnija Ministru kabineta noteikumi Nr. 512 "Azartspēļu un izložu organizēšanas un uzturēšanas uzraudzības un kontroles kārtība" <https://likumi.lv/doc.php?id=138770> [skatīts 18.04.2019]
7. 2006.gada 19.septembra MK noteikumi Nr.771 "Kazino apmeklētāju reģistrācijas un kazino apmeklētāju reģistrā iekļaujamās informācijas apstrādes kārtība"
8. 2006. gada 6. novembra MK noteikumi Nr.914 "Kārtība, kādā no psihoaktīvām vielām atkarīgās personas saņem sociālās rehabilitācijas pakalpojumus", <https://likumi.lv/doc.php?id=147554> [skatīts 18.04.2019]
9. 2012.gada 24.janvāra MK noteikumi Nr.70 "Alkohola, narkotisko, psihotropo, toksisko vielu, azartspēļu vai datorspēļu atkarības slimnieku ārstēšanas kārtība" <https://likumi.lv/doc.php?id=243233> [skatīts 18.04.2019]
10. 2013.gada 21.maija MK noteikumi Nr.281 "Noteikumi par valsts vispārējās vidējās izglītības standartu, mācību priekšmetu standartiem un izglītības programmu paraugiem" <https://likumi.lv/doc.php?id=257229> [skatīts 18.04.2019]
11. 2013. gada 17. decembra MK noteikumi Nr.1529 "Veselības aprūpes organizēšanas un finansēšanas kārtība" <https://likumi.lv/doc.php?id=263457> [skatīts 18.04.2019]
12. 2014.gada 12.augusta MK noteikumi Nr.468 "Noteikumi par valsts pamatizglītības standartu, pamatizglītības mācību priekšmetu standartiem un pamatizglītības programmu paraugiem" <https://likumi.lv/doc.php?id=268342> [skatīts 18.04.2019]
13. 2017.gada 5.decembra Ministru kabineta noteikumi Nr. 715 "Interaktīvo azartspēļu un interaktīvo izložu spēlētāju reģistrācijas un identitātes pārbaudes kārtība" <https://likumi.lv/ta/id/295707-interaktivo-azartspelu-un-interaktivo-izlozu-speletaju-registracijas-un-identitates-parbaudes-kartiba> [skatīts 18.04.2019]

PĒTĪJUMI, RAKSTI, ZIŅOJUMI

14. American Psychiatric Association (2013). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, Fifth Edition*. Arlington: American Psychiatric Association.
15. Anderson, T.L., Rempusheski, V.F., Leedy, K.N. (2018). Casino Gambling and the Family: Exploring the Connections and Identifying Consequences, *Deviant Behavior*, 39:9, 1109-1119, DOI: 10.1080/01639625.2017.1409484
<https://www.tandfonline.com/doi/pdf/10.1080/01639625.2017.1409484?needAccess=true> [skatīts 18.04.2019]
16. Binde, P. 2014. Gambling in Sweden: the cultural and socio-political context. *Addiction*. 109(2):193-8.
17. Bollard C., Kilroy, D. (2018) *Gambling 2019*, Global Legal Group London.
<http://whpartners.eu/assets/images/other/International-Comparative-Legal-Guide-to-Gambling-2019-Slovakia.pdf> [skatīts 18.04.2019]
18. Brosowski, T., Meyer, G., & Hayer, T.,(2012), Analyses of multiple types of online gambling within one provider: an extended evaluation framework of actual online gambling behaviour, *International Gambling Studies*, 12(3), 405-419.
19. Brunborg, G. S., Hanss, D., Mentzoni, R. A., & Pallesen, S. (2015). Core and peripheral criteria of video game addiction in the game addiction scale for adolescents. *Cyberpsychology, behavior and social networking*, 18(5), 280–285. doi:10.1089/cyber.2014.0509
20. Busch V., de Leeuw R. J., Schrijvers A. J. P. (2013). Results of a multibehavioral health-promoting school pilot intervention in a Dutch secondary school. *Journal of Adolescent Health*, 52(4), 400–406.
21. Calado F., Griffiths M. D. (2016). Problem gambling worldwide: An update and systematic review of empirical research (2000-2015). *Journal of Behavioural Addictions*,; 5 (4):592-613.
22. Caplan S.E. (2007). Relations among loneliness, social anxiety, and problematic Internet use. *Cyberpsychol. Behav.*;10(2):234–242.
23. Caplan S.E. (2010). Theory and measurement of generalized problematic Internet use: A two-step approach. *Comput. Human Behav.*;26(5):1089–1097.
24. Cheng, C., & Li, A. Y. (2014). Internet Addiction Prevalence and Quality of (Real) Life: A Meta-Analysis of 31 Nations Across Seven World Regions. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 17(12), 755–760. <https://doi.org/10.1089/cyber.2014.0317>
25. Cherpitel C. J. (2000). A brief screening instrument for alcohol dependence in the emergency room: The RAPS 4. *Journal of Studies on Alcohol*, 61: 447-449.
26. Commission staff working document (2012). *Online gambling in the Internal Market Accompanying the document Communication from the Commission to the European Parliament, the Council, the Economic and Social Committee and the Committee of the Regions Towards a comprehensive framework for online gambling*. <http://eur-lex.europa.eu/legal-content/EN/ALL/?uri=CELEX:52012SC0345> [skatīts 18.04.2019]

27. Commission staff working document (2012). Online gambling in the Internal Market Accompanying the document Communication from the Commission to the European Parliament, the Council, the Economic and Social Committee and the Committee of the Regions Towards a comprehensive framework for online gambling <https://eur-lex.europa.eu/legal-content/EN/TXT/?uri=SWD:2012:0345:FIN> [skatīts 18.04.2019]
28. Communication from The Commission to the European Parliament, The Council, The Economic And Social Committee and The Committee Of The Regions (2012). Towards a comprehensive European framework for online gambling <http://eur-lex.europa.eu/legal-content/EN/TXT/?uri=CELEX:52012DC0596> [skatīts 18.04.2019]
29. Costes, J.M., Eroukmanoff, V., Richard, J.P., Tovar, M.L. (2015). Les Jeux d'argent et de hasard en France en 2014. Institut national de prévention et d'éducation pour la santé. https://www.economie.gouv.fr/files/note_6.pdf [skatīts 18.04.2019]
30. Council Resolution on the protection of consumers, in particular young people, through the labelling of certain video games and computer games according to age group, 1 March 2002 (OJ C 65, 14.3.2002, 2.lpp).
31. Czech Republic, Office of the Government National Monitoring Centre for Drugs and Addiction (2017). Gambling in the Czech republic in 2016. https://www.vlada.cz/assets/ppov/protidrogova-politika/Focused_Gambling-in-the-Czech-Republic_2016.pdf [skatīts 18.04.2019]
32. Hughes-Hammer, C. Martsolf, D.S., Zeller, R.A. (1998). Development and Testing of the Codependency Assessment Tool. Archives of Psychiatric Nursing, Vol. XII, No. 5 (October), pp. 264-272.
33. Derevensky, J. (2012). Teen gambling: Understanding a growing epidemic. New York: Rowman & Littlefield Publishing.
34. Dolan, P., Hallsworth, M., Halpern, D., King, D., Metcalfe, R., & Vlaev, I. (2012), Influencing behaviour: The Mindspace way, Journal of economic psychology, 33(1), 264-277.
35. Dragicevic, S., Tsogas, G., & Kudic, A. (2011). Analysis of casino online gambling data in relation to behavioural risk markers for high-risk gambling and player protection, International Gambling Studies, 11(3), 377-391.
36. Druine, C. (2009). Gambling in Belgium. In G. Meyer, T. Hayer & M.D. Griffiths (Eds.), Problem Gaming in Europe: Challenges, Prevention, and Interventions. New York: Springer.
37. ESPAD (2015). „Atkarību izraisīto vienu lietošanas paradumi un tendences skolēnu vidū” https://www.spkc.gov.lv/upload/Petijumi%20un%20zinojumi/Atkaribu%20slimibu%20petijumi/espada2015_ziojums.pdf [skatīts 18.04.2019]
38. Felitti V.J., Anda R.F., Nordenberg D. (1998). Relationship of childhood abuse and household dysfunction to many of the leading causes of death in adults. The Adverse Childhood Experiences (ACE) Study. Am J Prev Med, 14:245-58.
39. Gambling Commission (UK) (2018). Gambling participation in 2017: behaviour, awareness and attitudes. Annual report. <https://www.gamblingcommission.gov.uk/PDF/survey-data/Gambling-participation-in-2017-behaviour-awareness-and-attitudes.pdf>

40. Goudriaan A. E. (2014). Gambling and problem gambling in The Netherlands. *Addiction*, 109(7): 1066-71.
41. Gray, H. M., LaPlante, D. A., Shaffer, H. J. (2012). Behavioral characteristics of Internet gamblers who trigger corporate responsible gambling interventions, *Psychology of Addictive Behaviors*, 26(3), 527.
42. Griffiths, M. D., Whitty, M. W. (2010). Online behavioural tracking in Internet gambling research: Ethical and methodological issues, *International Journal of Internet Research Ethics*, 3(12), 104-117.
43. Griffiths M.D. (2013). Social networking addiction: Emerging themes and issues. *J. Addict. Res. Ther.* Vol. 4.
44. Haagsma, M. C., Pieterse, M. E., & Peters, O. (2012). The Prevalence of Problematic Video Gamers in The Netherlands. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 15(3), 162–168. <https://doi.org/10.1089/cyber.2011.0248>
45. Haroon, K., Derevensky, J., Gupta, R. (2003). Empirical vs. perceived measures of gambling severity: Why adolescents don't present themselves for treatment, *Addictive Behaviors*, 28, 933-946.
46. Henningsen N. (2018). Denmark: Gambling 2019. Global Legal Group London <https://iclg.com/practice-areas/gambling-laws-and-regulations/denmark> [skatīts 18.04.2019]
47. Institute of Public Health in Ireland (2010). Developing a population approach to gambling: Health issues Institute of Public Health in Ireland. <https://www.publichealth.ie/files/file/Developing%20a%20population%20approach%20to%20gambling.pdf> [skatīts 18.04.2019]
48. Jelenchick, L., Hawk, S. Moreno, M. (2015). Problematic internet use and social networking site use among Dutch adolescents. *International Journal of Adolescent Medicine and Health*, 28(1), pp. 119-121.
49. Jordan, P., Shedden-Mora, M. C., Löwe, B. (2017). Psychometric analysis of the Generalized Anxiety Disorder scale (GAD-7) in primary care using modern item response theory. *PloS one*, 12(8), e0182162. doi:10.1371/journal.pone.0182162 <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5542568/> [skatīts 18.04.2019]
50. Khazaal, Y., Chatton, A., Rothen, S., Achab, S., Thorens, G., Zullino, D., & Gmel, G. (2016). Psychometric properties of the 7-item game addiction scale among french and German speaking adults. *BMC Psychiatry*, 16(1), 132. <https://doi.org/10.1186/s12888-016-0836-3>
51. Komisijas Paziņojums Eiropas Parlamentam, Padomei, Eiropas Ekonomikas un Sociālo Lietu Komitejai un Reģionu Komitejai par patērētāju, jo īpaši nepilngadīgo, aizsardzību saistībā ar videospēļu lietošanu (2008). <https://eur-lex.europa.eu/legal-content/LV/TXT/PDF/?uri=CELEX:52008DC0207&from=EN> [skatīts 18.04.2019]
52. Korn, D. A., Shaffer, H. J. (1999). Gambling and the health of the public: Adopting a public health perspective, *Journal of gambling studies*, 15(4), 289-365.

53. Kroenke K., Spitzer R.L., Williams J.B., Monahan P.O., Lowe B. (2007). Anxiety disorders in primary care: prevalence, impairment, comorbidity, and detection. *Annals of internal medicine*. Mar 6, 146(5):317-325. PMID: 17339617
54. Kuss D.J., Griffiths M.D., Karila L., Billieux J. (2014). Internet addiction: a systematic review of epidemiological research for the last decade. *Curr. Pharm. Des.*; 20(25): 4026–4052.
55. Lee, B. K. (2014). Where codependency takes us: a commentary. *Journal of Gambling Issues*, 29, 1-4. <https://opus.uleth.ca/handle/10133/3612> [skatīts 18.04.2019]
56. Lorains F.K., Cowlishaw S., Thomas S.A. (2011). Prevalence of comorbid disorders in problem and pathological gambling: systematic review and meta-analysis of population surveys. *Addiction*. 106(3):490-8
57. Lowe B, Decker O, Muller S. (2008). Validation and standardization of the Generalized Anxiety Disorder Screener (GAD-7) in the general population. *Medical care*. 46(3):266-274.
58. Lucar C., Wiebe, J., Philander K. (2012). Final Report prepared for the Ontario Problem Gambling Research Centre on Monetary Limits Tools for Internet Gamblers: A Review of their Availability, Implementation and Effectiveness Online, Responsible Gambling Council Ontario. <https://www.responsiblegambling.org/docs/research-reports/monetary-limits-tools-for-internet-gamblers.pdf?sfvrsn=8> [skatīts 18.04.2019]
59. Macur, M., Király, O., Maraz, A., Naggyörgy, K., & Demetrovics, Z. (2016). Prevalence of problematic internet use in Slovenia. *Zdravstveno varstvo*, 55(3), 202–211. doi:10.1515/sjph-2016-0026
60. Mihara, S., Osaki, Y., Nakayama, H., Sakuma, H., Ikeda, M., Itani, O., Higuchi, S. (2016). Internet use and problematic Internet use among adolescents in Japan: A nationwide representative survey. *Addictive Behaviors Report*, 4, 58–64.
61. Ministry of Security and Justice, Netherlands (2014). Advice on the framework for the prevention of problem gambling and addiction, <https://www.rijksoverheid.nl/binaries/rijksoverheid/documenten/rapporten/2015/04/03/tk-bijlage-advice-on-the-framework-for-the-prevention-of-problem-gambling-and-addiction/lp-v-j-0000007920.pdf> [skatīts 18.04.2019]
62. Nikkinen, J. (2014). The Global Regulation of Gambling: a General Overview. Working Papers of Images and Theories of Addiction no No. 3, p.4. https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/44792/Nikkinen_Global_Regulation_of_Gambling.pdf?sequence=6 [skatīts 18.04.2019]
63. Pasaules Veselības organizācija (2015). Starptautiskā statistiskā slimību un veselības problēmu klasifikācija, 10. redakcija. Ženēva
64. Rehbein, F., Psych, G., Kleimann, M., Mediasci, G., & Mößle, T. (2010). Prevalence and Risk Factors of Video Game Dependency in Adolescence: Results of a German Nationwide Survey. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 13(3), 269–277. <https://doi.org/10.1089/cyber.2009.0227>
65. Shaffer, H.J., Martin, R. (2011). Disordered gambling: Aetiology, trajectory and clinical considerations, *Annual Review of Clinical Psychology*, 7, 483-510.

66. Shek D. T., Ma H. K., Sun R. C. (2011). Development of a new curriculum in a positive youth development program: The project P.A.T.H.S. in Hong Kong. *Scientific World Journal*, 11, 2207–2218.
67. Slimību profilakses un kontroles centrs (2015). Latvijas iedzīvotāju aptauja par atkarību izraisošo vielu lietošanu, 2015. Rīga.
https://spkc.gov.lv/upload/Petijumi%20un%20zinojumi/Atkaribu%20slimibu%20petijumi/gps_2015_final_ar_isbn.pdf [skatīts 18.04.2019]
68. Slimību profilakses un kontroles centrs (2015). Latvijas skolēnu veselības paradumu pētījums. 2013./2014. mācību gada aptaujas rezultāti un tendences. Rīga.
https://www.spkc.gov.lv/upload/Petijumi%20un%20zinojumi/HBSC/hbcs_2013_2014_aptaujas_rez.pdf [skatīts 18.04.2019]
69. Slimību profilakses un kontroles centrs (2016). Psihiskie un uzvedības traucējumi psihoaktīvo vielu lietošanas dēļ, Rīga
https://www.spkc.gov.lv/upload/Psihiska_veseliba_pazinojumi/narkologija_2017_04072018.doc [skatīts 18.04.2019]
70. Stein, D. J., Hollander, E., & Rothbaum, B. O. (2010). *Textbook of anxiety disorders*. Washington, DC: American Psychiatric Pub.
71. Swedish National Audit Office (2012). Summary: The Government's role on the gambling market – are targets achieved?
https://www.riksrevisionen.se/download/18.78ae827d1605526e94b32948/1518435426878/Summary%20RiR_2012_15.pdf [skatīts 18.04.2019]
72. Tērauds E., Rancāns E., Andrēziņa R., Kupča B., Ancāne G., Ķiece I., Bezborodovs Ņ. 2015. *Depresijas diagnostikas un ārstēšanas vadlīnijas*. 3. izdevums. Latvijas Psihiatru asociācija, Rīga, 52 lpp.
73. Tīrgus un sabiedriskās domas pētījumu centrs SKDS (2006) *Sabiedrības attieksme pret azartspēlēm*, http://lsba.lv/content/uploads/2017/05/2006_09__Sabiedribas-attieksme-pret-azartspelem.pdf [skatīts 18.04.2019]
74. Tīrgus un sabiedriskās domas pētījumu centrs SKDS (2007). *Pētījums/projekts: Latvijas iedzīvotāju attieksme pret azartspēlēm*. [Nav publiski pieejams]
75. Tīrgus un sabiedriskās domas pētījumu centrs SKDS (2016). *Pētījums/projekts: Latvijas iedzīvotāju attieksme pret azartspēlēm*, https://www.lsba.lv/content/uploads/2018/06/Atskaite_LSBA_02.2016.pdf [skatīts 18.04.2019]
76. Valleur, M. (2009). *Gambling in France*. In G. Meyer, T. Hayer, M.D. Griffiths (eds.). *Problem Gaming in Europe: Challenges, Prevention, and Interventions*. New York: Springer.
77. Vondráčková, P., Gabrhelík, R. (2016). Prevention of Internet addiction: A systematic review. *J Behav Addict*. Dec 1; 5(4): 568–579.
78. Wardle, H., Moody, A., Spence, S. Orford, J., Volberg, R., Jotangia, D., Griffiths, M., Hussey, D. and Dobbie, F. (2011). *British Gambling Prevalence Survey 2010*. National Centre for Social Research.

https://assets.publishing.service.gov.uk/government/uploads/system/uploads/attachment_data/file/243515/9780108509636.pdf

79. Wartberg, L., Durkee, T., Kriston, L., Parzer, P., Fischer-Waldschmidt, G., Resch, F., Sarchiapone, M., Wasserman, C., Hoven, C.W., Carli, V., Wasserman, D., Rainer, T., Brunner, R., Kaess, M. (2016). Psychometric Properties of a German Version of the Young Diagnostic Questionnaire (YDQ) in two Independent Samples of Adolescents. *International Journal of Mental Health and Addiction*. Volume 15, Issue 1, pp 182–190.
80. Williams R.J., West, B.L., Simpson R.I. (2012). Prevention of problem gambling: a comprehensive review of the evidence and identified best practices. Ontario Problem Gambling Research Centre and the Ontario Ministry of Health and Long Term Care. <https://www.uleth.ca/dspace/handle/10133/3121> [skatīts 18.04.2019]
81. World Health Organization (2018). International statistical classification of diseases and related health problems (11th Revision). <https://icd.who.int/browse11/l-m/en> [skatīts 18.04.2019]
82. Yani-de-Soriano M., Javed U., Yousafzai S. (2012). Can an industry be socially responsible if its products harm consumers? The case of online Gambling. *Journal of Business Ethics*, 110(4), 481–497.

INTERNETA VIETNES UN MEDIJU RAKSTI

83. Apgrozījums no azartspēlēm pagājušajā gadā Latvijā pieaudzis par 11,7%. *Diena*, 27.02.2019. <https://www.diena.lv/raksts/latvija/zinas/apgrozijums-no-azartspelem-pagajusaja-gada-latvija-pieaudzis-par-117-14215190> [skatīts 18.04.2019]
84. Arnicāns, Matīss. Apriet azartspēļu reklāmu ierobežojumus. *Lsm.lv*, 13.02.2013. <https://www.lsm.lv/raksts/zinas/zinu-analize/apriet-azartspelu-reklamu-ierobejojumus.a51620/> [skatīts 18.04.2019]
85. Bērniem drošs un draudzīgs bērnodārzs: Rīgas PII ir ieviesta unikāla preventīva programma Rīgas domes informatīvais portāls 11.12.2018. <https://www.riga.lv/lv/news/%E2%80%9Cbarniem-dross-un-draudzigs-bernodarzs-rigas-pii-ir-ieviesta-unikala-preventiva-programma?15727> [skatīts 18.04.2019]
86. Bērnu slimnīcas fonds. Infografika: Kā darbojas atbalsta programma pusaudžiem? Bērnu 26.04.2018. <https://www.bsf.lv/lv/jaunumi/2018/infografiks-ka-darbojas-pusaudzu-atbalsta-programma> [skatīts 18.04.2019]
87. Dredge, Stuart. Who is responsible for kids and in-app purchases: Apple, developers or parents? *The Guardian* 17.01.2014. <https://www.theguardian.com/technology/2014/jan/17/kids-in-app-purchases-apps-parents> [skatīts 18.04.2019]
88. Eiropas Komisija Paziņojums presei Komisija izbeidz pārkāpuma procedūras un sūdzību izskatīšanu azartspēļu jomā European Commission Press Release Database 2017.12.07. http://europa.eu/rapid/press-release_IP-17-5109_lv.htm [skatīts 18.04.2019]

89. ESF 9.2.4.2. pasākuma projekts SPKC. <https://spkc.gov.lv/lv/rightmenu/projekti/esf-9242pasakuma-projekts> [skatīts 18.04.2019]
90. Gambling policy. Government Offices of Sweden <http://www.government.se/government-policy/gambling-policy/> [skatīts 18.04.2019]
91. Gambling/ The Public Health Agency of Sweden 22.05.2018. <https://www.folkhalsomyndigheten.se/the-public-health-agency-of-sweden/living-conditions-and-lifestyle/alcohol-narcotics-doping-tobacco-and-gambling/gambling/> [skatīts 18.04.2019]
92. Gamble responsibly. Danish Gambling Authority. <https://www.spillemyndigheden.dk/en/gamble-responsibly> [skatīts 18.04.2019]
93. Guidelines for operators of betting and online casinos. The Danish Gambling Authority. https://spillemyndigheden.dk/sites/default/files/filer-til-download/guidelines_for_operators_of_betting_and_online_casinos_-_jan18.pdf
94. Izložu un azartspēļu uzraudzības inspekcijas statistika: <https://www.iaui.gov.lv/images/Statistika/AzartSpeles/Statistika/Neto2007-2017.jpg> [skatīts 2018.gada martā]
95. Kasparāns, Ģirts. Latvijas azartspēļu bizness atgriežas “trekno gadu” līmenī. Latvijas Avīze, 29.04.2018. <http://www.la.lv/vieniem-pelna-citiem-asaras> [skatīts 18.04.2019]
96. Latloto mājaslapa <https://www.latloto.lv/lv/par-latvijas-loto/>
97. “Latvijas Loto” ieies interaktīvo azartspēļu un sporta derību tirgū. Sos113.eu, 04.01.2019. http://news.lv/Klientu_portfelis/2017/05/30/latvijas-loto-pern-sasniedz-rekordpelnu-5-milonus-eiro [skatīts 18.04.2019]
98. “Latvijas Loto” pērn sasniedz rekordpeļņu - 5 miljonus eiro. News.lv, 30.05.2017. http://news.lv/Klientu_portfelis/2017/05/30/latvijas-loto-pern-sasniedz-rekordpelnu-5-milonus-eiro [skatīts 18.04.2019]
99. Liepājas atkarību profilakses centra mājaslapa <http://socialaisdienests.liepaja.lv/socialas-institucijas/atkaribu-profilakses-centrs/>
100. Marktwächter mahnen hohe In-App-Käufe in Spiele-Apps für Kinder ab Marktwächter 08.10.2018. <https://www.marktwaechter.de/pressemeldung/marktwaechter-mahnen-hohe-app-kaeufe-spiele-apps-fuer-kinder-ab> [skatīts 18.04.2019]
101. Objective of gambling policy Government Offices of Sweden. <http://www.government.se/government-policy/gambling-policy/objective-of-gambling-policy/>
102. OnlineGambling.com. Netherlands Gambling Report. <https://www.onlinegambling.com/local/netherlands/> [skatīts 18.04.2019]
103. Piešķir 118 000 eiro sociālās rehabilitācijas pilotprojektam pusaudžiem ar atkarībām <https://medicine.lv/raksti/pieskir-118-000-eiro-socialas-rehabilitacijas-pilotprojektam-pusaudziem-ar-atkaribam> [skatīts 18.04.2019]

104. Rīgas domes Atkarības profilakses sektora mājaslapa
http://www.ld.riga.lv/lv/RSD_atkaribas_profilakse.html
105. Spēļu elles” nomaina internetk kazino un pokers. Kas Jauns, 02.06.2009.
<http://jauns.lv/raksts/zinas/232609-spelu-elles-nomaina-internetkazinno-un-pokers> [skatīts 18.04.2019]
106. Veidemanis, Guntars. Azartspēļu nozare gandrīz atgriezusies „treknajos gados”. Delfi, 10.03.2017. http://www.delfi.lv/business/biznesa_vidē/azartspēlu-nozare-gandrīz-atgriezusies-treknajos-gados.d?id=48599967 [skatīts 18.04.2019]
107. Veselības Ministrija Iepirkums apmācību organizēšanai izglītības iestāžu pedagogiem par veselības izglītības jautājumiem 31.07.2017.
http://www.vm.gov.lv/images/userfiles/ESF_projekts_veselibas_veicinasana_2022/zi%C5%86ojums_31.07.2017.pdf
108. Weight data based on 2 or more vars. Solution posted to SPSSX-L list by Joao Duarte on 2004/10/19. [skatīts 21.05.2019] <http://spsstools.net/en/syntax/syntax-index/compute/weight-data-based-on-2-or-more-vars/>
109. Wingfield, Nick. As Downloads Take Over, a Turning Point for the Video Game Industry the New York Times 20.12.2015. <https://www.nytimes.com/2015/12/21/technology/as-downloads-take-over-a-turning-point-for-the-video-game-industry.html> [skatīts 18.04.2019]

CSP STATISTIKAS RESURSI

110. Centrālās statistikas pārvaldes datubāze, IRG030 tabula. Vidējais vecums un iedzīvotāju skaits pēc vecuma un dzimuma statistiskajos reģionos un republikas pilsētās gada sākumā.
https://data1.csb.gov.lv/pxweb/lv/iedz/iedz__iedzrakst/IRG030.px
111. Centrālās statistikas pārvaldes datubāze, ISG050 tabula. Iedzīvotāju skaits pēc faktiskās un deklarētās dzīvesvietas un dzimuma statistiskajos reģionos, republikas pilsētās, novados, novadu pilsētās un pagastos gada sākumā.
https://data1.csb.gov.lv/pxweb/lv/iedz/iedz__iedzskaitis__ikgad/ISG050.px
112. Centrālās statistikas pārvaldes datubāze, ITMG040 tabula. Iedzīvotāji, kuri lieto datoru/internetu gada sākumā (% no iedzīvotāju kopskaita attiecīgajā grupā).
https://data1.csb.gov.lv/Resources/PX/Databases/zin/01ikt_datori/iedz/ITMG040.px
113. Centrālās statistikas pārvaldes datubāze, ITMG050 tabula. Iedzīvotāju interneta izmantošanas vietas gada sākumā (% no personām, kas lietojušas internetu pēdējo 3 mēnešu laikā).
https://data1.csb.gov.lv/Resources/PX/Databases/zin/01ikt_datori/iedz/ITMG050.px
114. Centrālās statistikas pārvaldes datubāze, ITMG070 tabula. Iedzīvotāji, kuri lieto mobilās ierīces interneta piekļuvei ārpus mājām vai darba (% no iedzīvotāju kopskaita attiecīgajā grupā). https://data1.csb.gov.lv/Resources/PX/Databases/zin/01ikt_datori/iedz/ITMG070.px