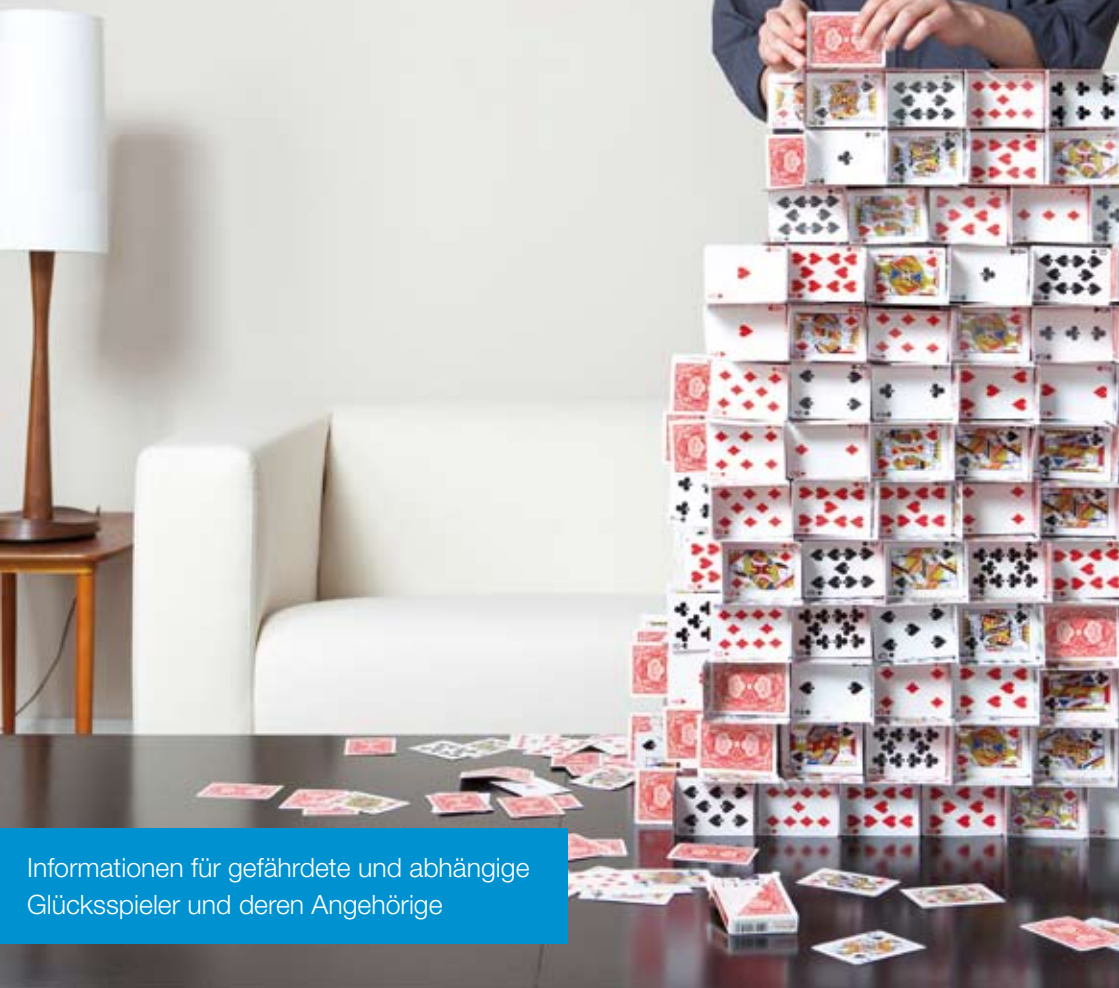


VER SPIELT

*Kommt Sucht ins Spiel,
hast Du schlechte Karten*



Informationen für gefährdete und abhängige
Glücksspieler und deren Angehörige

Wenn die Suche nach dem Glück zur Sucht wird ...

Von jeher haben Menschen ihr Glück im Spiel gesucht. Glücksspiele wie Lotterien, Sportwetten, Roulette oder Automaten Spiele sind seit Jahrhunderten fest in unserer Alltagskultur verankert. Die Spieler suchen Spannung, Vergnügen und Nervenkitzel und freuen sich über einen Gewinn. Im Vordergrund steht dabei die Unterhaltung – „Es ist ja nur ein Spiel ...“

Die meisten Menschen, die sich an Glücksspielen beteiligen, können mit den damit verbundenen Gefahren umgehen. Sie kontrollieren ihren Spieltrieb und gehen verantwortungsbewusst mit den Spielangeboten um. Glücksspiele können jedoch auch zum Risiko werden: Aus Spiel wird Ernst, und aus Leidenschaft wird Abhängigkeit. Spielsucht bestimmt den Alltag der Betroffenen und kann zu massiven finanziellen und sozialen Problemen führen.

In den letzten Jahren sind die Gefahren des Glücksspiels verstärkt in das Blickfeld der Öffentlichkeit gerückt. Pathologisches Glücksspiel wird heute als eigenständiges Krankheitsbild gesehen. Seit 2001 ist es als behandlungsbedürftige Krankheit durch die Krankenkassen und Rentenversicherungsträger anerkannt. Glücksspielsucht wirkt sich aber auch über den Kreis der direkt Betroffenen hinweg aus: Sie ist häufig mit Spielschulden sowie einer wirtschaftlichen und sozialen Notlage wie z. B. dem Verlust des Arbeitsplatzes verbunden. Darunter haben auch die Familie, Angehörige und Freunde zu leiden.



Mit dieser Broschüre möchten die Hessische Landesstelle für Suchtfragen (HLS) und Lotto Hessen Anregungen für einen verantwortungsbewussten und kontrollierten Umgang mit Glücksspielen geben und das Bewusstsein für die damit verbundenen Gefahren schärfen.

Zudem sollen die Betroffenen sowie deren Angehörige, die unter Spielsucht leiden oder gefährdet sind, über die Hilfsangebote in Hessen informiert werden.

Fakten und Zahlen zur Glücksspielsucht

Nach Einschätzungen von Experten gibt es bundesweit zwischen 250.000 und 400.000 pathologische Glücksspieler. Betroffen sind überwiegend Männer (90 Prozent). Spieler an Geldautomaten bilden in den Behandlungseinrichtungen nach wie vor die mit Abstand größte Gruppe. Bei 81,7 Prozent der männlichen Klienten wurde ein pathologisches Spielverhalten in Bezug auf Geldspielautomaten registriert.

An zweiter Stelle steht die Behandlung von männlichen Casinospielern mit 18,3 Prozent. Jedoch sind auch Sportwetten wie Oddset sowie Lotterien mit Kurzintervallen wie Keno mit einem nicht unerheblichen Gefährdungspotenzial verbunden.

Bei Menschen, die sich aufgrund ihres süchtigen Spielverhaltens einer ambulanten oder stationären Behandlung unterzogen haben, konnte ein beachtlicher Erfolg erzielt werden: 45,5 Prozent wurden als abstinent und 35,3 Prozent als gebessert eingestuft.

Gewonnen, gefährdet, abhängig, verzweifelt ...

Glücksspielsucht entsteht nicht über Nacht. Die Entwicklung zum pathologischen Spielen ist ein Prozess, der sich über einen längeren Zeitraum erstrecken kann und in drei Stadien verläuft. Die Grenzen zwischen den einzelnen Phasen sind fließend, und nicht jede Phase muss zwangsläufig in die nächste übergehen.

Anfangsstadium/Gewinnphase

Zu Beginn werden oft größere Beträge gewonnen. Durch diese Erfahrung entsteht die Illusion, dass dieser Gewinn nicht auf Zufall beruht, sondern auf eigenes Wissen oder geschicktes Handeln zurückgeht. Zwangsläufig auftretende Verluste werden beschönigt und als Resultat erklärbarer Ursachen interpretiert. Aus diesem Gefühl der Überlegenheit erwächst die Rechtfertigung sich selbst und anderen gegenüber, die Einsätze weiter zu erhöhen und jede Gelegenheit zum Spielen wahrzunehmen. Es entsteht ein Teufelskreis, in dem zunehmende finanzielle Verluste zu immer höheren Einsätzen und einer immer stärkeren Abhängigkeit führen.

Kevin, 26, Automobilfacharbeiter

„Man fühlt sich wie ein großer Champ ... Ja, wenn ich gewonnen habe, denke ich, dass ich gut gespielt habe. Ich habe das, was ich mir vorgenommen habe, ganz bewusst so geplant und durchgehalten. Es ist ein Glücksspiel, und da kann man theoretisch auch verlieren. Aber es war so, als ob ich das die ganze Zeit über perfekt gesteuert habe.“

Gewöhnungsstadium/Verlustphase

Das Prahlern mit den erspielten Gewinnen beginnt, obgleich längere Spielphasen von Verlusten geprägt sind. Es wird vermehrt geliehenes Geld eingesetzt, wobei eine schlechende Distanzierung von Familie und Freunden beginnt; sogar während der Arbeitszeit wird gespielt. Immer mehr bestimmen Lügen und Verheimlichen den Alltag. Trotzdem



besteht die Überzeugung, das Spielen in den Griff zu bekommen. „Wenn ich keine Schulden mehr habe, höre ich mit dem Spielen auf“ ist eine typische Aussage in diesem Stadium. Selbstversuche, mit dem Spielen aufzuhören, scheitern. Das Denken dreht sich immer mehr um das Spielen.

Klaus Dieter, 45, Handelsvertreter

„Das Spielen bringt mich von allen Unsicherheiten und Zweifeln ab, die mich sonst belasten. Wenn ich spiele, denke ich an nichts anderes mehr. Der Rest der Welt liegt in weiter Ferne, jedes Problem, alle meine Sorgen sind weg. Ich fühle mich sicher und geborgen.“

Suchtstadium/Verzweiflungsphase

Das Leben ist von sozialem Rückzug bestimmt. Die eigene Stimmung ist von Reizbarkeit und Ruhelosigkeit geprägt: Spielen wird zur Ganztagsbeschäftigung, ist der Lebensinhalt schlechthin. Verlust von Beziehungen, Arbeit und Anerkennung sind die Folge. Es werden illegale und legale Kredite aufgenommen, die Schulden steigen, die Rückzahlungen sind unpünktlich. Es entstehen Panik und Schuldgefühle, aber auch Schuldzuweisungen an andere.

Gerry, 31, Altenpfleger

„Das war eine Zeit, da stand ich irgendwie neben mir selber. Es ging eigentlich nicht mehr so sehr ums Geld, es ging nur noch um dieses Gefühl beim Spielen. Jedenfalls hab ich alles verbraten, alles. Dann war Ende gewesen. Da war ich voll runter. Vorher war ich die Energie, und dann kam der Erschöpfungszustand. Ich war total runter, überhaupt keine Power mehr.“

So erkennen Sie, was gespielt wird ...

Mithilfe des Selbsttests können Spieler feststellen, ob sie möglicherweise suchtgefährdet sind. Wer eine oder mehrere der hier abgedruckten Fragen mit „Ja“ beantwortet, muss deswegen noch kein Problemspieler sein, sollte seine Antworten jedoch als Signal werten, dass ein gewisses Gefährdungspotenzial vorliegt. Wer jedoch mindestens sechs dieser Fragen bejaht, sollte eine fachliche Beratung in Erwägung ziehen.

Verweilen Sie öfters länger beim Spielen, als Sie sich vorgenommen haben?

Haben Sie schon einmal vergeblich versucht, das Spielen einzuschränken oder aufzugeben?

Wenn Sie verloren haben, versuchen Sie dann den verlorenen Einsatz so schnell wie möglich zurückzugewinnen?

Haben Sie nach dem Spielen Gewissensbisse?

Haben Sie schon gespielt, um mit dem Gewinn Schulden zurückzuzahlen oder andere Finanzprobleme zu lösen?

Wirkt sich das Spielen negativ auf Ihre Lebensfreude oder Leistungsfähigkeit aus?

Wenn Sie gewonnen haben, empfinden Sie das starke Gefühl weiterzuspielen, um noch mehr zu gewinnen?

Haben Sie schon oft gespielt, bis Sie kein Geld mehr bei sich hatten?



- Haben Sie im Spiel schon Ihrer Einsamkeit, Ihren Sorgen, Ihrem Ärger oder Ihren Schwierigkeiten entrinnen wollen?
- Haben Sie sich schon einmal Geld geliehen, um weiterspielen zu können?
- Haben Sie schon einmal etwas verkauft, um vom Erlös zu spielen?
- Haben Sie Ihr Spiel schon einmal auf ungesetzliche Weise finanziert oder an eine solche Möglichkeit gedacht?
- Ist Ihnen durch das Spielen das Wohl Ihrer Familie gleichgültig geworden?
- Konsumieren Sie vermehrt Alkohol oder andere Drogen, seitdem Sie spielen?
- Haben Sie im Zusammenhang mit dem Spielen schon einmal versäumt, zur Arbeit zu gehen?
- Haben Sie am Morgen Mühe aufzustehen und Ihren Verpflichtungen nachzugehen?
- Haben Sie innerhalb der letzten zwei Jahre einmal daran gedacht, sich das Leben zu nehmen?

Kontrolle ist besser: Anregungen für ein geregelttes Spielverhalten

In der Praxis haben sich einige Regeln bewährt, das eigene Spielverhalten unter Kontrolle zu bringen und so der Glücksspielsucht vorzubeugen. Solche Vorsichtsmaßnahmen sind:

- Führen Sie über einen längeren Zeitraum – mindestens einen Monat lang – sorgfältig Buch über Ihr Spielverhalten. Notieren Sie sich, wie oft (Spielhäufigkeit) und wie lange (Spieldauer) Sie spielen und mit welchen Einsätzen, Gewinnen und Verlusten Ihre Spielaktivitäten verbunden sind. So können Sie überblicken, in welchem Umfang und mit welcher Intensität Sie spielen.
- Ihre Notizen helfen Ihnen zu erkennen, in welcher Situation Sie viel und in welcher Sie weniger spielen. Sie können nun planen, wie und wann Sie Ihr Glücksspiel eingrenzen möchten.
- Legen Sie Spielhäufigkeit, Spieldauer, maximalen Spieleinsatz bzw. maximalen Spielverlust vorher fest. Bleiben Sie konsequent bei Ihrem Plan, auch wenn Ihre Mitspieler Sie zu einem weiteren Spiel oder höheren Einsätzen überreden wollen.
- Spielen Sie nicht unter Einfluss von Alkohol, anderen Drogen oder Medikamenten.

Gibt es Situationen, in denen Sie das Gefühl haben, die Kontrolle zu verlieren? Dann sollten Sie fachliche Hilfe in Anspruch nehmen.



Was kann ich als Angehörige tun, wie kann ich helfen?

Glücksspielsucht verändert die Persönlichkeitszüge der Betroffenen. Da das Spiel immer stärker zum Lebensmittelpunkt wird, treten alle übrigen Bedürfnisse und Interessen zurück. Andere Menschen dienen dem Süchtigen in erster Linie zur Geldbeschaffung, um weiter spielen und die Einsätze erhöhen zu können. Für Familie und Freunde wird es immer schwieriger, die Betroffenen zu unterstützen. Gerade enge Verwandte unternehmen oft Versuche, das Problem zu verschleiern, Ausreden zu finden und – solange sie es können – mit Geld auszuhelfen. Doch das ist in Wahrheit keine Hilfe, sondern verzögert nur die einzig mögliche Lösung: vom Glücksspiel wieder loszukommen.

Brigitte, 36, Erzieherin

„Lange Zeit dachte ich, mein Partner habe eine Geliebte. Er kam immer so spät nach Hause, sprach kaum noch mit mir und das Geld wurde auch knapp. Er machte Schulden, die ich mit meinem Geld wieder beglich. Ich habe nun herausgefunden, dass mein Partner unser Geld an einen Spielautomaten verfüttert.“

Viele Angehörige, die das Problem aus Scham und Schuld beiseiteschieben, erleben einen ähnlichen Druck und Stress wie die Süchtigen. Schlimmstenfalls kann das zu Symptomen führen wie z. B.

■ **Schlafstörungen**

■ **Ängste**

■ **Unruhe**

■ **Antriebs- und Lustlosigkeit**

■ **Körperliche und seelische Erschöpfung**

In solchen Fällen ist die Hilfe und Unterstützung durch eine professionelle Suchtberatung die einzig mögliche Lösung. Oft machen Angehörige oder Freunde den ersten entscheidenden Schritt – weil sie sich nicht mehr anders zu helfen wissen.

Professionelle Suchtberaterinnen und -berater verstehen sich sowohl als Ansprechpartner der direkt Betroffenen als auch ihres sozialen Umfeldes. Wer immer sie zum Thema Spielsucht konsultiert, kann mit Informationen, Rat und Hilfe rechnen.



Einen neuen Anfang wagen ...

Je früher Glücksspielsucht erkannt wird und sich der Betroffene seine Probleme eingesteht, desto besser sind auch die Chancen, sich ohne weitere finanzielle, gesundheitliche und seelische Schäden aus der Abhängigkeit zu lösen. Die Beratungstelefone dienen dabei als erste Anlaufstelle. Wie die weitere Beratung aussieht und welche Wege zur Behandlung den besten Erfolg versprechen, hängt mit der individuellen Persönlichkeit des Betroffenen und seines sozialen Umfelds zusammen. Das Beratungs- und Therapieangebot in Hessen umfasst folgende Einrichtungen:

- **Beratungstelefon**
- **Beratungsstellen**
- **Ambulante Therapie**
- **Stationäre Entwöhnungsbehandlung**
- **Selbsthilfegruppen**

Sven, 36, Medienberater

„Irgendwann ging es einfach nicht mehr weiter. Ich war komplett am Ende. Meine Schulden waren riesig, und niemand war mehr bereit, mir auch nur einen Cent zu leihen. Über das Beratungstelefon habe ich die Adresse einer Selbsthilfegruppe hier in meiner Stadt erfahren. Ich habe mich dann über das Internet noch weiter informiert und habe schließlich Kontakt aufgenommen.“

Es war der richtige Schritt – hier habe ich Menschen getroffen, die meine Probleme aus eigener Erfahrung kannten. Seit zwei Monaten mache ich jetzt eine Therapie und glaube, dass ich es schaffen werde.“

Wir sind dazu da, um Ihnen zu helfen ...

Beratungs- und Behandlungsstelle für alkohol- und medikamentenabhängige Menschen

Goethestraße 96 · 34119 Kassel
Tel. 0561 93 89 50
suchtberatung@dw-kassel.de
Träger: Diakonisches Werk Kassel

Sucht- und Drogenberatung

Frankfurter Straße 35 · 35037 Marburg
Tel. 06421 2 60 33
Sucht-u.DrogenberatungMarburg@t-online.de
Träger: Diakonisches Werk Oberhessen

Suchthilfezentrum Gießen

Schanzenstraße 16 · 35390 Gießen
Tel. 0641 7 80 27 oder -28
info@shz-giessen.de
Träger: AG Rauschmittelprobleme e.V.

Suchthilfezentrum Wiesbaden

Schiersteiner Straße 4 · 65187 Wiesbaden
Tel. 0611 9 00 48-70
shz@jj-ev.de
Träger: Jugendberatung und Jugendhilfe e.V.

Anonyme Spieler Hessen

info@ga-kontakt.de

Caritas Fachambulanz für Suchtkranke

Luisenstraße 27 · 65185 Wiesbaden
Tel. 0611 34 11 76-0
fachambulanz@cv-wiesbaden.de
Träger: Caritasverband Wiesbaden e.V.

Evangelische Suchtkrankenberatung

Wolfsgangstraße 109 · 60322 Frankfurt am Main
Tel. 069 15 05 90 30
ev.suchtkrankenberatung@t-online.de
Träger: Ev. Regionalverband Frankfurt

Fachdienst Gesundheit des Kreises Offenbach

Suchtberatungsstelle
Werner-Hilpert-Straße 1 · 63065 Dietzenbach
Tel. 06074 81 80-2318/ -23 19
h.muecke@kreis-offenbach.de
Träger: Kreis Offenbach

Caritas Fachambulanz für Suchtkranke

Weierhausstraße 6 · 64646 Heppenheim
Tel. 06252 7 00 59-0
sucht@caritas-bergstrasse.de
Träger: Caritasverband Darmstadt e.V.

HESSISCHES BERATUNGSTELEFON GLÜCKSSPIELSUCHT

0800 2 43 44 45

*Anonym und kostenlos
Montag bis Freitag, 9 bis 17 Uhr*



In Zusammenarbeit mit



BUNDESZENTRALE FÜR GESUNDHEITLICHE AUFKLÄRUNG (BZgA)

0180 1 37 27 00

*Anonym und kostenpflichtig
3,9 Cent/Minute aus dem Festnetz
der Deutschen Telekom (Stand 1.1.2007)
Montag bis Donnerstag, 10 bis 22 Uhr,
Freitag bis Sonntag, 10 bis 18 Uhr*

Herausgeber

Hessische Landesstelle für Suchtfragen (HLS) e.V.
Zimmerweg 10 · 60325 Frankfurt am Main
www.hls-online.org