



Christa Bot, Projektleiterin  
Tel. 071 677 11 80 oder 87

Helpline 0800 040 080  
[www.sos-spielsucht.ch](http://www.sos-spielsucht.ch)  
[info@sos-spielsucht.ch](mailto:info@sos-spielsucht.ch)  
Interkantonales Glücksspielprojekt Ostschweiz

## Behandlungsleitfaden bei Glücks- resp. Geldspielabhängigkeit

### 1. Phase: Informationen sammeln/sortieren

Überblick verschaffen und zu folgenden Bereichen Fragen stellen:

1. Problematisches Verhalten bei welchem Glücksspiel?

Seit wann spielen Sie? Wann wurde Ihnen klar, dass Sie die Kontrolle darüber verloren haben?

Wieviel Geld haben Sie schon verspielt? Was sind Ihre Motive zum Spielen? Welche Vorteile/Nachteile ergeben sich aus dem Glücksspiel? Ab wann und mit welchen Methoden haben Sie schon versucht, das Spielen zu reduzieren oder zu stoppen? Was ist Ihr Ziel? Möchten Sie ein Leben ohne Glücksspiel? Möchten Sie kontrolliert spielen? Sie sind unentschlossen?

2. Fragen zu Alkohol, Tabak, Medikamenten und illegalen Drogen. Aktuell und in der Vergangenheit.

3. Soziales Umfeld. Wer ist mitbetroffen? Eigene Familie, Partnerschaft, Eltern, Geschwister, Freunde.

4. Fragen zur aktuellen Arbeitssituation.

5. Fragen zur finanziellen Situation.

6. Fragen zur Wohnsituation.

7. Fragen zu Straftaten.

8. Sind Sie noch in weiterer Behandlung? Hausarzt? Schuldenberatung? etc.

Während des gemeinsamen Durcharbeitens dieser Fragen, tragen Sie Stück für Stück das Leben Ihres Klienten/Ihrer Klientin zusammen. Manches beruht auf Fakten und ist konkret, manches ist sehr emotional. Das ist gut und richtig. Nur schon dieser erste Teil kann sehr viel bei dem Klienten/der Klientin auslösen.

### 2. Phase: Planen/Handeln

Gemeinsam überlegen und entscheiden Sie, in welcher Reihenfolge Sie mit der Arbeit beginnen. Hier geht es um Dringlichkeit und Machbarkeit. Vorrang haben existenzsichernde Aufgaben. Müssen Briefe geschrieben werden an Ämter, an die Hausverwaltung? Möchte die Klientin/der Klient vorübergehend die Verwaltung der Finanzen an eine Drittperson abgeben? Spielsperren einrichten? Welche weitere Unterstützung braucht es? Gibt es gesundheitliche Probleme? Braucht es eine Schuldensanierung?

Sollen, neben den Einzelgesprächen, auch Paar- oder Familiengespräche stattfinden? Gespräche mit dem Arbeitgeber sollten gut vorbereitet und überlegt werden. Wenn nicht zwingend notwendig, sollte von der Offenbarung der Glücksspielproblematik gegenüber dem Arbeitgebern abgeraten werden.

### **3. Phase: Stabilisieren/Rückfallprophylaxe**

Die Klientin/der Klient hat das Leben wieder geordnet. Es sind noch nicht alle Probleme gelöst, aber die Voraussetzungen für eine erfolgreiche Bewältigung sind geschaffen. Es wurde gute Arbeit geleistet und es sind konkrete Resultate sichtbar. Jetzt geht es darum, dass das Erreichte gefestigt wird und eine erneute Suchtspirale verhindert werden kann. Rückfälle sind kein Zeichen für ein grundsätzliches Scheitern, sondern Warnsignale, woraus gelernt werden kann. Es ist ein längerer Weg, sich ein neues Leben erfolgreich einzurichten. Was ist wichtig? Welche Grundwerte bestehen? Wie sieht es aus mit Freizeitgestaltung, Berufliches, Freundschaften, Liebesbeziehungen, Sport, Haustier ...? Besteht eine feste Beziehung? Sind Kinder da? Wie geht es diesen? Wie kann wieder eine vertrauensvolle Nähe entstehen? Die Klientin/der Klient entscheidet, was vertieft mit der Fachperson angeschaut werden soll. Meist ergeben sich die Themen auch aufgrund des Alltages.

In der 1. Phase wurde ersichtlich, wo überall Handlungsbedarf besteht. In der 2. Phase wurde Konkretes und Handfestes angepackt und umgesetzt. In der 3. Phase wird emotionales reflektiert und überdacht.

Diese Beschreibung der drei Phasen ist rudimentär. Auf diese Art könnte eine Beratung/Therapie ablaufen. Wenn Sie und die Klientin/der Klient jedoch merken, dass die Kraft für die notwendigen Veränderungsschritte im Moment nicht vorhanden sind und der berufliche und private Alltag überfordert, dann könnte eine stationäre Therapie weiterhelfen. Als Fachperson beraten und begleiten Sie die Klientin/den Klienten. Welche Therapie? Welche Klinik? Absprachen mit dem Arbeitgeber, der Krankenkasse etc.. Bestehen familiäre Verpflichtungen? Wie geht es nach der stationären Zeit weiter?

#### **Psychoedukativer Teil:**

Erklären, welche Spuren eine Spielsucht im Hirn hinterlässt (Belohnungssystem, Ausschüttung körpereigener Stoffe, die süchtig machen). Themen der Konditionierung, Auslösung von Suchtdruck durch verschiedene, spezifische Trigger, welche Hirnareale wurden übermäßig angeregt, welche vernachlässigt, wie viel Zeit muss für eine Neukonditionierung gerechnet werden? Das Hirn verlernt ein süchtiges Verhalten nie, ebenso wenig wie schwimmen oder Velo fahren verlernt wird.

Das Hirn ist wie ein Computer. Ohne den Programmierer, der entscheidet mit was der Computer gefüttert wird und welche Tasten gedrückt werden, geschieht gar nichts. Das Neuschreiben von Programmen ist aufwendig und verlangt einiges an Durchhaltewille und Frustrationsbereitschaft. Neugeschrieben wird unter anderem in den Therapiesitzungen. Ausprobiert, getestet, verbessert und eingeübt wird in der freien Wildbahn (im Alltag).

Dieser psychoedukative Teil entlastet den Klienten davon, dass er nicht aufgrund eines Charakterdefektes oder durch Zufall diese Abhängigkeitserkrankung erlitten hat, sondern aufgrund erklärbarer Vorgängen. Und dass es auch kein Zaubermittel zur Heilung braucht, sondern ein bewusst verändertes Verhalten – Tag für Tag. Und dann bestehen gute Chancen auf nachhaltigen Erfolg.

### **Glücksspielspezifische therapeutische Themen:**

- Tägliches gedankliches Beschäftigen mit dem Thema Glücksspiel: Gedanken stoppen, innerer Dialog wahrnehmen, wenn nötig korrigieren und durch neuen, aufbauenden Dialog ersetzen.
- Tagebuch führen über Aktivitäten, Gefühle und innere Dialoge.
- Kontrollüberzeugung im Bezug auf das Spiel
- Magisches Denken – Glücksbringer, Ohmen, etc.
- Ursache, resp. Motor für das Glücksspiel: In der Einstiegsphase – in der Suchtphase
- Problem des Spielens bearbeiten: Einstellung zum Spiel. Glaubensüberzeugungen. Seine Lust zum Spielen bearbeiten. Lust zum Spielen genau analysieren. Irrationaler Optimismus ans Gewinnen. Glaube an den Gewinn. Irrglauben
- Erklärungen abgeben, wie das Glücksspiel funktioniert. Euphorischer Zustand der Vorfreude auf den grossen Gewinn, Fastgewinne, regelmässige Gewinne, Unterhaltungswert. Den Profit machen die Glücksspielanbieter - bezahlen tun die Spieler/innen.
- Die Glücksspielprodukte (Lotto, Lose, Roulette, Automaten etc.) haben kein Gedächtnis! Jemand, der schon seit 10 Jahren spielt und schon 100'000 Franken verloren hat, hat die genau gleiche Gewinnchance, wie jemand der selten spielt und dann auch nur für ein paar Franken. Glücksspieler denken sich oft: „Irgendwann bin ich wieder dran mit gewinnen, ich spiele schon so lange ...!“ Nein, es gibt hier keine gerechte Verteilung oder ein System! Es gibt keinen Anspruch auf Glück und Gewinn!
- Krankheitseinsicht, resp. Akzeptanz der Abhängigkeitserkrankung
- Spielrausch, tranceartiger Zustand, Flowgefühl, Entspannung, Glücksgefühl, Euphorie
- Kontrollverlust und Verlust des logischen Denkens. Verlust der Wahrnehmung von negativen Konsequenzen.
- Spieldrang. Entzugserscheinungen bei Abstinenz. Entspannungsmöglichkeiten ohne Spielen. Frustrationstoleranz. Depressive Verstimmung.
- Praktische Hilfen bei Suchtdruck: Zettel im Geldbeutel, persönliche Notfallkarte, Kraftvisionen, ablenkende Gedanken bereithalten, z.B. von 1000 in 7er Schritten retour zählen etc..
- Wenn noch grosse Lust zum Spielen besteht, ist die Rückfallgefahr noch gross!
- Kränkung über die erfolglose Fehlinvestition ins Glücksspiel. Akzeptieren des Verlustes.
- Lügenkonstrukt – Doppelleben
- Beziehungsverlust zu Menschen – Beziehungsgestaltung zum Geldspiel
- Stabilisierung des Abstinenzwunsches: Welchen Vorteil habe ich von der Suchtfreiheit?
- Spielsperren sind nicht ein Heilmittel! Sie sind eine Form der Unterstützung – nicht mehr und aber auch nicht weniger.
- Straffälliges Handeln zur Geldbeschaffung aufgrund des Suchtdrucks
- Noch jahrelange Nachwirkungen der Geldspielsucht (Schuldenabbau, Lohnpfändung, Betreibungen)
- Eventuell externe Geldverwaltung (Treuhand, freiwillige Beistandschaft, Partner/in, Eltern, Privatperson, (christlich-)soziale Einrichtung)
- Neuer Bezug zu Glück – zu Geld – zu Selbstwert – zu Lebensziele

- Wer nicht genießt – wird ungenießbar!
- Neue Lebensgestaltung – ein neuer Mensch werden – einen Neuanfang herbeiführen
- Neuorientierung im Leben: Welche Grundwerte möchte ich mit welchen Mitteln verfolgen?
- Selbsthilfegruppe als ergänzende Möglichkeit besprechen.

### **Weitere psychische Störungen / Komorbidität**

Treten zudem weitere psychische Störungen auf, wie zum Beispiel Depression, Manie, Angststörung, Zwänge, Paranoia oder suizidale Impulse, dann kommt es darauf an, ob Sie sich als BeraterIn/TherapeutIn sicher fühlen, diese behandeln können. Wenn nicht, teilen Sie das dem Klienten/der Klientin mit und organisieren Sie mit ihm/ihr eine Weiterbehandlung bei einer diesbezüglich qualifizierten Fachperson.

**Achtung:** Wenn der Klient/die Klientin nach den ersten Wochen Beratung viele Probleme angegangen und nicht mehr gespielt hat, weil auch der Zugang zum Geld gesperrt ist, glaubt er/sie oft, dass er/sie nun geheilt ist, weil er/sie auch aktuell keinen Spieldruck verspürt. Das ist eine Fehlannahme. Die Probe ist, ob man auch mit Geld in der Tasche, mit der Spielmöglichkeit und wenn es niemand sehen und erfahren würde, ob man auch dann noch keinen Spieldruck hat und nicht spielt und ob dass auch während 1 Jahr so bleibt. Wenn diese Probe bestanden ist, kann man sehr stolz auf sich sein und dann ist der Ausstieg gefestigt.

### **Symbolhaftigkeit der Sprache**

Die Spielindustrie verwendet verständlicherweise den Begriff „Glücksspiel“. Es soll suggeriert werden, dass Spielen glücklich macht, das ist Teil des Geschäftes. In der Beratung/Therapie kann aus dem Gebrauch dieses Wortes (Glücksspiel) eine emotional verwirrende Situation entstehen. Dauernd über Glück und Spielen zu reden und eine ablehnende Haltung dagegen einzunehmen, ist einfach nicht sehr stimmig. Deshalb plädiere ich für die Einführung der Bezeichnung „**Geldspiel, resp. Geldspielsucht/Geldspielabhängigkeit**“. Was die Glücksspielindustrie anbietet, ist eine Unterhaltung durch das **Spielen um Geld**. Der damit verbundene Nervenkitzel, die Vorfreude auf Geldgewinne, die Motivation zum Weiterspielen durch Fastgewinne und die regelmässige Belohnung durch Geldgewinne, welche nur dazu dienen, eine Anbindung an das Produkt zu erlangen, damit arbeitet die Geldspielindustrie. Risikohaftes Geldspiel war schon immer für einen kleinen Teil der Menschheit eine schicksalshafte Tätigkeit. An der Anziehungskraft des risikohaften Spielens um Kopf und Kragen, um Haus und Hof können wir nichts ändern. Wir stehen jedoch in der Verantwortung den Jugendschutz, die Aufklärung, die Behandlung und die Schadensminderung mit der gleichen Professionalität und dem vollem Engagement zu betreiben, wie die Glücksspielindustrie ihr Geschäft betreibt. Idealerweise arbeiten wir wo immer sinnvoll und möglich mit den Anbietern von Glücksspielprodukten zusammen, das kommt der Bevölkerung im Endeffekt zugute.

Christa Bot

1. Fassung 12.2.2010, 1. revidierte Fassung 30.3.2010, 2. revidierte Fassung 14.4.2010