

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

Beratung

**Beratungs- und Behandlungszentrum
für Abhängigkeitserkrankungen**
Kaplangasse 1 · 36251 Bad Hersfeld
Telefon (0 66 21) 6 10-91

**Zentrum für Jugendberatung und Suchthilfe
für den Hochtaunuskreis**
Louisenstr. 9 · 61348 Bad Homburg
Telefon (0 61 72) 60 08-0

**AWO Jugend- und Suchtberatung PRISMA
für den Kreis Bergstraße und Odenwald**
Zeller Straße 3 · 64625 Bensheim
Telefon (01 52) 59 18 65 54
Außensprechstunde in Erbach/Odw.

**Suchthilfezentrum Darmstadt
- Beratung und Behandlung**
Wilhelm-Glässing-Str. 15 - 17 · 64283 Darmstadt
Telefon (0 61 51) 5 00-28 40

**Diakonisches Werk Werra-Meißner
Fachstelle für Suchthilfe und Prävention**
Leuchtbergstraße 10b · 37269 Eschwege
Telefon (0 56 51) 33 94 297

Evangelische Suchtberatung
Wolfgangstraße 109 · 60322 Frankfurt/Main
Telefon (0 69) 15 05 90 30

Caritas-Zentrum für Sucht- und Drogenhilfe Fulda
Wilhelmstraße 10 · 36037 Fulda
Telefon (06 61) 2 42 83 60

**Diakonisches Werk Fulda
Fachstelle für Sucht**
Heinrich-von-Bibra-Platz 14 · 36037 Fulda
Telefon (06 61) 83 88-2 28

Suchthilfezentrum Gießen
Schanzenstraße 16 · 35390 Gießen
Telefon (06 41) 7 80 27 oder -28

Herausgeberin



Hessische Landesstelle für Suchtfragen (HLS) e.V.
Zimmerweg 10 · 60325 Frankfurt am Main
Telefon 069 713767-77 · Fax 069 713767-78
hls@hls-online.org · www.hls-online.org



**Diakonisches Werk Kassel
Zentrum für Sucht- und Sozialtherapie**
Frankfurter Straße 78a · 34121 Kassel
Telefon (05 61) 93 89 50

**Diakonisches Werk Marburg-Biedenkopf
Sucht- und Drogenberatung**
Frankfurter Straße 35 · 35037 Marburg
Telefon (0 64 21) 2 60 33

**Suchthilfezentrum Wildhof
Psychoziale Beratung und Behandlung**
Löwenstraße 4-8 · 63067 Offenbach
Telefon (069) 98 19 53-0

Suchthilfezentrum Wiesbaden
Schiersteiner Straße 4 · 65187 Wiesbaden
Telefon (06 11) 9 00 48-70

Fachambulanz für Suchtkranke
Rheinstraße 17 · 65185 Wiesbaden
Telefon (06 11) 34 11 76-0

**Diakonisches Werk Limburg-Weilburg
Suchtberatungsstelle**
Bahnhofsplatz 2a · 65549 Limburg/Lahn
Telefon (0 64 31) 21 74-1 50

Selbsthilfe

**Hotline Anonyme Spieler (bundesweit)
01805-104011**
(14 Cent pro Minute aus dem Festnetz/DTAG abweichende
Mobilfunkpreise)
Mo.-So. 19 bis 21 Uhr, sonst AB
www.anonyme-spieler.org

Infotelefon

der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung
(BZgA) zur Glücksspielsucht
Telefon 0800 1372700 (Kostenlose Servicenummer)
Mo.-Do. 10 bis 22 Uhr; Fr.-So. 10 bis 18 Uhr

Verspielt?

Kommt Sucht ins Spiel, hast Du schon verloren!



Informationen zur Glücksspielsucht für Betroffene und deren Angehörige

Gemeinschaftsprojekt des Hessischen Sozialministeriums, des Hessischen Ministeriums des Innern und für Sport
und der Hessischen Landesstelle für Suchtfragen (HLS)

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

Von jeher haben Menschen ihr Glück im Spiel gesucht. Glücksspiele wie Lotterien, Sportwetten, Roulette oder Würfelspiele sind seit Jahrhunderten fest in unserer Alltagskultur verankert. Die Glücksspielerinnen und Glücksspieler 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. Glücksspielsucht 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 Glücksspielen wird heute als eigenständiges Krankheitsbild gesehen. Seit 2001 ist es als behandlungsbedürftige Krankheit durch die Krankenkassen und Rentenversicherungsträger anerkannt. Glücksspielsucht wirkt sich 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 möchte das Land Hessen in Zusammenarbeit mit der Hessischen Landesstelle für Suchtfragen (HLS) 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 Glücksspielsucht leiden oder gefährdet sind, über die Hilfeangebote in Hessen informiert werden.

Fakten und Zahlen zur Glücksspielsucht in Hessen

Basierend auf deutschlandweiten Bevölkerungsumfragen zum Glücksspielverhalten der Allgemeinbevölkerung ergibt sich für Hessen eine geschätzte Anzahl von 13.000 pathologischen und 24.000 problematischen Glücksspielerinnen und Glücksspielern. Betroffen sind überwiegend Männer (88%). Der größte Anteil der Glücksspielsüchtigen ist von Geldspielautomaten abhängig (79%). An hessischen Geldspielautomaten in Spielhallen und gastronomischen Betrieben werden monatlich 38 Millionen Euro verspielt.

72% der betreuten Glücksspielsüchtigen haben in einem schwerwiegenden Ausmaß Schulden (64% bis zu 50.000 Euro, 8% mehr als 50.000 Euro).

Glücksspiele mit hoher Verfügbarkeit und schneller Spielabfolge wie beispielsweise Geldspielautomaten, Sportwetten und Lotterien mit kurzen Spielintervallen haben ein hohes Suchtpotenzial.

Die Folgen einer Glücksspielsucht sind für Betroffene und deren soziales Umfeld verheerend. Um Betroffenen und ihren Angehörigen Unterstützung und Hilfe zu leisten, besteht in Hessen ein flächendeckendes Netzwerk von Fachberatungen für Glücksspielsucht (Adressen siehe Rückseite der Broschüre).

Die Therapiekosten der Glücksspielsucht werden von Krankenkassen und Rentenversicherungen übernommen.

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 Prahlen mit den erspielten Gewinnen beginnt, obgleich längere Spielphasen von Verlusten geprägt sind.



Es wird vermehrt geliehenes Geld eingesetzt, wobei eine schleichende 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

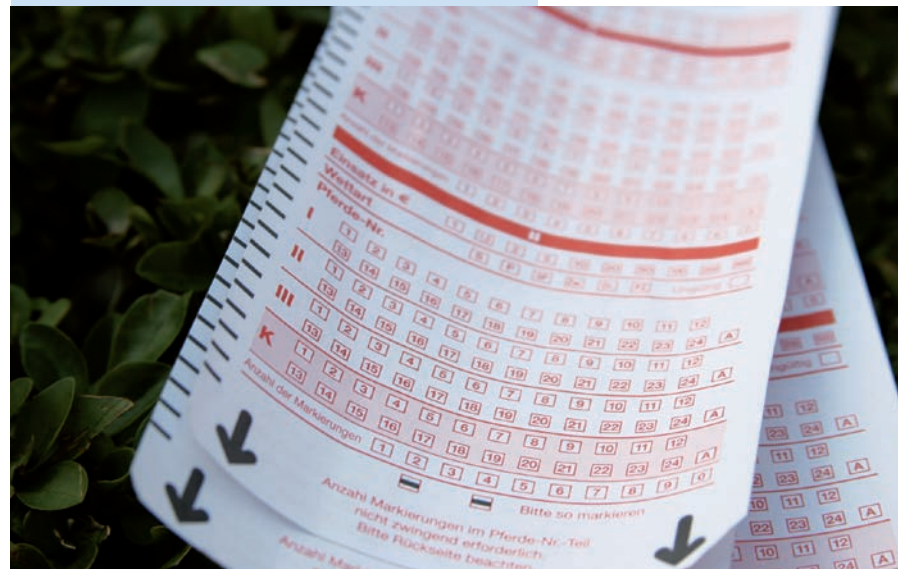
„Das war eine Zeit, da stand ich irgendwie neben mir selber. Es ging eigentlich nicht mehr so sehr ums Geld, es ging nur noch um dieses Gefühl beim Spielen. Jedenfalls hab ich alles verbraten, alles. Dann war Ende gewesen. Da war ich voll runter. Vorher war ich die Energie, und dann kam der Erschöpfungszustand.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

So erkennen Sie, was gespielt wird...

Mithilfe des Selbsttests können Sie feststellen, ob Sie möglicherweise suchtgefährdet sind. Wer eine oder mehrere der hier abgedruckten Fragen mit „Ja“ beantwortet, muss deswegen noch kein problematisches Spielverhalten aufweisen, sollte aber die eigenen Antworten 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 weiterzuspielen 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 geregeltes 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. Das Glücksspiel rückt immer stärker in den Lebensmittelpunkt, dabei treten alle übrigen Bedürfnisse und Interessen zurück.

Die Beziehungen zu anderen Menschen werden von den Glücksspielsüchtigen oft als Geldbeschaffungsmöglichkeiten genutzt, um weiter spielen zu können. Die Einsätze erhöhen sich, die Beziehung zu Familie und Freunden wird zunehmend schwieriger, der Leidensdruck für alle Beteiligten wird größer.

Gerade enge Verwandte unternehmen oft Versuche, das Problem zu verschleiern, Ausreden zu finden und - solange sie es können - mit Geld auszuhelfen. Doch diese vermeintliche Hilfe verzögert die Erkenntnis bei den Glücksspielsüchtigen, dass es notwendig ist, sich um professionelle Unterstützung und Beratung zu bemühen.

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 beiseite schieben, 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 eine mögliche Lösung. Oft sind es die Angehörigen oder die Freunde, die den ersten Schritt wagen und sich um professionelle Hilfe bemühen.

Die Fachkräfte in den Beratungsstellen sind Ansprechpartner sowohl für die direkt Betroffenen als auch für deren Angehörige und Freunde.



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. Infotelefone zur Glücksspielsucht oder Hilfeangebote im Internet können als erste Anlaufstelle dienen. Auch zur regionalen Beratungsstelle kann der Kontakt anonym hergestellt werden. Hier ist auch eine persönliche Beratung möglich, die u. a. darüber aufklärt, welche Behandlungswege zur Verfügung stehen. Das Beratungs- und Therapieangebot in Hessen bietet dabei folgende Möglichkeiten:

- Persönliche Beratungsgespräche für Betroffene und Angehörige
- Ambulante Rehabilitation
- 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.“