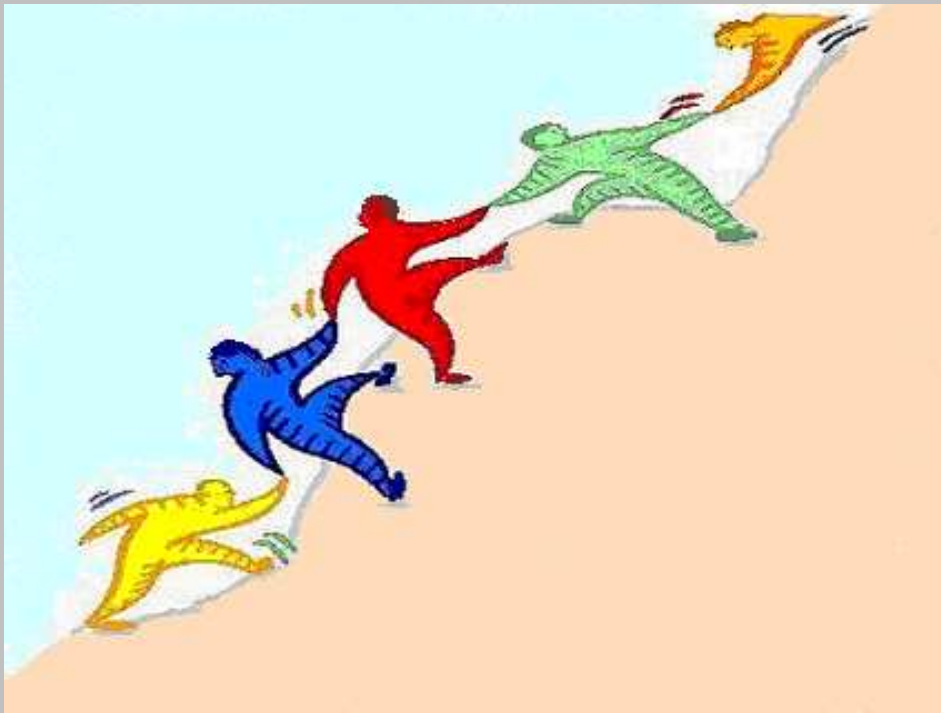


Wie die Gruppe laufen lernt...

Gründung, Organisation und Prozesse in Spielersebsthilfegruppen



Fachstelle Glücksspielsucht

Caritas Sozialdienste

Rhein-Kreis Neuss GmbH

Rheydter Str. 176

41464 Neuss



Caritas Sozialdienste
Rhein-Kreis Neuss GmbH

Inhaltsverzeichnis

Vorwort.....	3
1. Wie gründe ich eine Spielerselbsthilfegruppe - Wissen aus erster Hand	5
1.1. Organisatorische Rahmenbedingungen.....	5
1.2. Öffentliche Förderungsmöglichkeiten von Spielerselbsthilfegruppe.....	11
1.2.1 Förderung durch die Krankenkassen.....	11
1.2.3 Zuwendungen durch die Rentenversicherung.....	14
2. Wie die Gruppe laufen lernt....	
Selbsthilfe entfaltet ihre volle Kraft in der Gruppe.....	16
2.1. Kommunikation in der Gruppe.....	16
2.2. Die Wirkfaktoren und Ressourcen	19
2.3. Struktur und Organisation innerhalb der Selbsthilfegruppe.....	20
2.4. Umgang mit dem Thema „Rückfall“ in der Gruppe.....	23
2.5. Neue und schwierige Situationen in der Gruppe.....	26
2.6. Checkliste – Wie gut ist meine Selbsthilfegruppe.....	30
3. Basisinformationen zum Thema Glücksspielsucht.....	31
3.1. Abhängig vom Glücksspiel.....	31
3.2. Zahlen und Fakten.....	31
3.3. Entstehung und Verlauf.....	33
3.4. Das Krankheitsbild Pathologisches Glücksspiel.....	34
3.5. Hilfsmöglichkeiten.....	35
Anhang.....	36
Impressum.....	42

Vorwort

Die Fachstelle Glücksspielsucht der Caritas Sozialdienste in Neuss hat sich die Weiterentwicklung und Förderung der Selbsthilfestrukturen in NRW zur Aufgabe gemacht.

Es wenden sich immer wieder Menschen an uns, die eine Spielerselbsthilfegruppe gründen wollen und dazu konkrete Fragen haben. Themen sind u.a. Fördermöglichkeiten durch Krankenkassen und Verbände, aber auch Fragestellungen zu der Art und Weise der inhaltlichen Arbeitsweise einer Spielerselbsthilfegruppe.

Wir erhalten darüber hinaus auch regelmäßig Anfragen von Mitgliedern von Spielerselbsthilfegruppen mit dem Wunsch der Unterstützung, wenn sich die Gruppe in einer schwierigen Situation befindet. Das betrifft sowohl Gruppen, die sich gerade gegründet haben als auch Gruppen, die bereits seit Jahren aktiv sind.

Viele Mitglieder von SSHG benötigen für die Arbeit vor Ort Basisinformationen zum Thema Glücksspielsucht, die sie an betroffene Glücksspieler, deren Angehörige, aber auch an Interessierte, Multiplikatoren aller Art und Politiker weitergeben können.

Last but not least, wurden wir durch die Ergebnisse unserer Befragung der Spielerselbsthilfegruppen in NRW im Jahr 2006¹ bestärkt, eine Broschüre zu entwickeln, die kompakte Informationen und Erfahrungswissen aus den Spielerselbsthilfegruppen aus NRW zusammenfasst.

Im Vergleich mit dem Versorgungsnetz der Selbsthilfegruppen in anderen Gesundheitsbereichen befindet sich die Selbsthilfestruktur der Glücksspieler noch im Aufbau. Die geographische Verteilung der Spielerselbsthilfegruppen in NRW weist ein deutliches Stadt / Landgefälle auf. So ist die Versorgung mit Spielerselbsthilfegruppen in den Großstädten der Rheinschiene und des Ruhrgebietes gut. Viele ländliche Regionen sind jedoch stark unterversorgt, so dass große geographische Lücken im Selbsthilfebereich in NRW existieren. Mit dieser Broschüre wollen wir Mut machen, sich dem "Abenteuer Gruppengründung" zu stellen.

¹ Bericht zur Befragung der Spielerselbsthilfegruppen in NRW, Fachstelle Glücksspielsucht, Neuss 2007

Im 1. Kapitel der Broschüre werden unter der Überschrift "Wie gründe ich eine Spielerselbsthilfegruppe - Wissen aus erster Hand", die organisatorischen Voraussetzungen und die Förderstrukturen in NRW dargelegt.

Im 2. Kapitel haben wir die allgemeinen Wirkfaktoren in Gruppen und die Bedeutung der Kommunikation, damit die Gruppe „gut läuft“, in den Mittelpunkt gestellt.

Im 3. Kapitel wurden Basisinformationen rund um das Thema Glücksspielsucht zusammengestellt. Ergänzt werden die drei thematischen Schwerpunkte mit einem ausführlichen Anhang mit Informationen zum Thema.

1. Wie gründe ich eine Spielerselbsthilfegruppe -

Wissen aus erster Hand

In diesem Kapitel soll es darum gehen, was es zu bedenken gilt, damit eine Gruppengründung erfolgreich ist. Wir wollen zunächst die wichtigsten organisatorischen und inhaltlichen Bedingungen zusammentragen.

*In Dir muss brennen,
was Du in Anderen
entzünden willst.
Aurelius Augustinus*

Am Anfang steht die Idee

Diese Idee entwickelt sich sowohl bei Spielern, die aus eigenem Antrieb etwas gegen ihre Spielsucht unternehmen wollen, jedoch in ihrem Umfeld über keine geeignete Gruppe verfügen können, als auch bei solchen die erfolgreich eine ambulante oder stationäre Therapie absolviert haben und sich weiter mit ihrer Spielsuchtproblematik auseinandersetzen wollen.

Nicht selten wird diese Idee natürlich auch von Therapeuten oder Mitarbeitern der Beratungsstellen angeregt und unterstützt.

Das Hauptproblem bei der Gründung einer Spielerselbsthilfegruppe liegt laut unserem Befragungsergebnis anfangs fast immer darin, genügend geeignete Mitstreiter zu finden. Damit die Gruppe über einen anfänglichen Gründungsstamm von 2 oder 3 Personen hinauswächst, ist der Kontakt zu Einrichtungen des Hilfesystems ein wichtiger Faktor, um die Existenz der Gruppe dort bekannt zu machen, wo Hilfesuchende sich hinwenden. Dafür muss es natürlich eine Adresse für die Gruppentreffen geben, sprich: Der Gruppe muss ein Raum zur Verfügung stehen und die Gruppe bzw. einer aus der Gruppe muss für Interessenten erreichbar sein. Es kommen am Anfang also viele organisatorische Dinge zusammen, die bei einer Gruppengründung zu beachten sind. Diese organisatorischen Rahmenbedingungen werden im Folgenden unter den Stichworten Raum und Zeit, Werbung und Kontaktaufnahme behandelt.

1.1 Organisatorische Rahmenbedingungen

Raum und Zeit

Jede Selbsthilfegruppe braucht einen Gruppenraum für die regelmäßigen Treffen. Wichtig ist dabei, dass dieser Raum dauerhaft und verlässlich nutzbar ist, ob nun mehrere Treffen

in der Woche oder nur eines im Monat vorgesehen ist. Häufige Ortswechsel sorgen für Verwirrung und machen die Vermittlung von Hilfesuchenden für Beratungs- und Selbsthilfekontaktstellen, Krankenkassen etc. schwierig. Besonders dann, wenn die Adresse auf Flyern, Wegweisern, Kontaktlisten und im Internet veröffentlicht ist, steht bei jedem Ortswechsel eine meist aufwendige Aktualisierung an, wobei erfahrungsgemäß alte Kontaktadressen oft auch nach langer Zeit noch kursieren.

Beschaffung und Kosten eines Gruppenraumes

Gruppenräume werden von verschiedenen Einrichtungen und Institutionen zur Verfügung gestellt, manche kostenlos, manche gegen einen eher symbolischen Mietpreis von z.B. 50 € im Jahr und andere wieder für eine monatliche Raummiete. Wichtiger Hinweis: Aufwendungen für die Raumkosten können durch die Krankenkassen ganz oder anteilig gefördert werden. Kostenlos sind Räume meist dann zu bekommen, wenn es sich um eine öffentliche oder kirchliche Einrichtung handelt, in der freier Raum zur Verfügung steht, was natürlich nicht häufig der Fall ist. Eine wichtige Unterstützung bei der Raumsuche sind die Kontakt- und Informationsstellen (KISS), die in vielen Städten und Landkreisen zur Unterstützung von Selbsthilfegruppen zur Verfügung stehen. Eine gut gepflegte Adress- und Datenbank, wo in ihrer Nähe eine solche Stelle ist, findet man auf der Internetadresse von NAKOS unter www.nakos.de.² Für NRW gibt es ein weiteres umfangreiches Internetportal mit Informationen, wo vor Ort Unterstützung für die Selbsthilfegruppengründung zu finden ist, unter www.selbsthilfenetz.de .

Die Raumeigenschaften

Hier gibt es unterschiedliche Dinge zu beachten:

- Erreichbarkeit

Der Raum sollte möglichst gut mit öffentlichen Verkehrsmitteln erreichbar sein. Im Innenstadtbereich ist es optimal, wenn dazu noch Parkmöglichkeiten für PKW zur Verfügung stehen. Besonders für Erstbesucher ist es wichtig, dass der Raum leicht zu finden ist.

² .NAKOS ist die Abkürzung für Nationalen Kontakt und Informationsstellen zur Anregung und Unterstützung von Selbsthilfegruppen. Die Internetseite bietet umfassende Informationen rund um das Thema Selbsthilfe. Adressen von nationalen und internationalen Unterstützerorganisationen sind dort verzeichnet. In der „roten Adressdatei“ sind die lokalen Unterstützereinrichtungen aufgelistet.

- **Verfügbarkeit**

Der Raum für die Gruppentreffen sollte dauerhaft zu den festgelegten Zeiten verfügbar sein. Oft werden Gruppenräume von karitativen bzw. kirchlichen Trägern, oder von Trägern der freien Wohlfahrtspflege bereitgestellt, so dass eine regelmäßige, dauerhafte Nutzung mit der entsprechenden Einrichtungsleitung zu vereinbaren ist. Da sich Selbsthilfegruppen fast immer in den Abendstunden treffen und Personal zu diesen Zeiten oft nicht mehr vor Ort ist, sollte mit der Einrichtungsleitung ebenso eine Verfahrensweise für die Verantwortlichkeit und Verwaltung eines Schlüssels abgestimmt werden.

- **Größe**

Die Raumgröße sollte von Anfang an so gewählt werden - sofern eine Wahlmöglichkeit besteht-, dass auch bei starkem Zuwachs genügend Platz für die Teilnehmer ist, damit später aus den o.g. Gründen kein Raumwechsel nötig wird. Ab einer gewissen Gruppengröße ist jedoch zu überlegen, ob ein zweiter Gruppenraum verfügbar zu machen ist, damit die Gruppe noch effektiv arbeiten kann.

- **Ausstattung und Eigenschaften**

Bezüglich der Ausstattung ist lediglich darauf zu achten, dass genügend Sitzmöglichkeiten für die Teilnehmer vorhanden sind und bestenfalls ein barrierefreier Stuhlkreis ohne Tische aufgestellt werden kann. Zwei wichtige Eigenschaften sollte der Raum außerdem aufweisen: Der Raum sollte eine ungestörte Atmosphäre bieten, so dass Störungen von außen möglichst von vornherein ausgeschlossen werden. Außerdem sollte die Anonymität der Teilnehmer nach außen gewährleistet sein, so dass z.B. keine vorbeigehenden Passanten in den Gruppenraum schauen können.

Die Frage der Beschaffung und der Kosten eines Gruppenraumes ist ein weiterer wichtiger Punkt.

Zeit, Dauer und die Häufigkeit der Gruppentreffen

Es sollen hier nur ein paar Hinweise gegeben werden, welche erfahrungsgemäß bei den Überlegungen zur Festlegung der Gruppenzeit etc. zu beachten sind. Nicht selten sind Gruppen an vorgegebenen Zeitfenstern gebunden, z.B. an den Öffnungszeiten der Einrichtung, in der das Treffen stattfindet.

In Spielerselbsthilfegruppen trifft man sich fast ausschließlich in den Abendstunden in der Zeitspanne zwischen 17.00 und 20.00 Uhr. Die Anfangszeit sollte so gelegt sein, dass einerseits allen Teilnehmern ein pünktliches Erscheinen möglich ist (Berücksichtigung von Arbeitszeiten) und andererseits genügend Zeit für die inhaltliche Ausgestaltung bleibt, ohne dass das Ende des Treffens in den späten Abend fällt. Eine häufig zu findende Anfangszeit ist 18.30 oder 19.00 Uhr. Die Dauer des Treffens hängt zum einen von der Anzahl der Teilnehmer und zum anderen von den inhaltlichen Ansprüchen ab, also davon, ob z.B. auf jedes Thema eingegangen wird, jeder sich möglichst kurz fasst, nur bestimmte Themen ausgiebiger diskutiert werden oder jeder Teilnehmer eine bestimmte Redezeit hat.

Die meisten Spielerselbsthilfegruppen treffen sich einmal wöchentlich, einige im 14-tägigen Rhythmus und in ganz seltenen Fällen monatlich. Die Häufigkeit der Treffen hängt schließlich vom Bedarf der Teilnehmer oder der Region ab.

Werbung

Der Grund, warum es Sinn macht, für eine Selbsthilfegruppe zu werben, betrifft einerseits den Selbsterhalt der Gruppe, d.h. über Werbung sollen neue Mitglieder gewonnen werden und andererseits soll das Hilfsangebot auch Menschen erreichen, die über „Mundpropaganda“ und Beratungsstellen i.d.R. nicht erreicht werden.

*Esse est percipi – Sein ist
wahrgenommen werden
Berkeley*

Die Frage, ob und wie intensiv Werbung für die Selbsthilfegruppe betrieben wird, hängt einerseits davon ab, ob und wie weit die Gruppe bzw. einzelne Mitglieder bereit sind, sich nach außen, also in der Öffentlichkeit darzustellen und ggf. sich als Spieler zu „outen“. Andererseits hängt die Möglichkeit, für die Gruppe mit Flyern, Prospekten, Internet etc. zu werben, auch davon ab, ob und wie viel Geld und Aufwand dafür aufgebracht werden kann (siehe dazu auch Kapitel Fördermöglichkeiten).

Die Möglichkeiten, für eine Selbsthilfegruppe zu werben, sind vielfältig. Angefangen bei selbstentworfenen Handzetteln und Flyern über Plakate und Druckwerke bis hin zu Zeitungsanzeigen, einer eigenen Homepage im Internet, Infoständen bei Veranstaltungen und Interviews bei Lokalsendern, lassen sich verschiedene Maßnahmen auch gut kombinieren.

Auch wenn eine Gruppe grundsätzlich von Werbung absieht, ist es jedoch bei der Neugründung einer Spielerselbsthilfegruppe sinnvoll, zumindest bei Selbsthilfekontaktstellen, Gesundheitsämtern, Bürgerbüros sowie bei regionalen und

überregionalen Beratungsstellen die Gruppe bekannt zu machen. In regelmäßigen Abständen sollte bei den genannten Stellen die Existenz der Gruppe in „Erinnerung“ gerufen werden, da bei Personalwechsel und Umstrukturierungen in solchen Institutionen die Informationen über autonome Selbsthilfegruppen oft verloren gehen. Aus diesem Grunde sind Handzettel, Flyer oder Plakate ein geeignetes Medium, um auf das Bestehen der Selbsthilfegruppe aufmerksam zu machen. Wichtig ist dann bei Veränderungen, z.B. der Kontaktadresse, der Telefonnummer etc., das alte „Werbematerial“ mit neuem auszutauschen oder zumindest dafür zu sorgen, dass das alte Material nicht mehr weitergegeben wird.

Die gängigste Variante, mit der das Selbsthilfeangebot örtlich bekannt gemacht wird, ist ein mit allen wichtigen Informationen ausgestatteter Flyer.

Ein wesentlicher weiterer Zugangsweg ist das Internet. Günstig ist es, eine eigene Homepage zu haben, aber sie ist nicht Voraussetzung, um im Internet sein Angebot bekannt zu machen. Viel wichtiger ist es, in den gängigen Datenbanken und Foren mit den Gruppeninformationen vertreten zu sein, wie z.B. www.spielsucht.net , die Seite der Fachstelle Glücksspielsucht in Neuss oder www.gluecksspielsucht.de , Homepage des Fachverbandes Glücksspielsucht; weitere wichtige Adressen sind im Anhang verzeichnet.

Hier noch ein paar Tipps zum Erstellen von Flyern und Plakaten:

1. Es gibt außer öffentlichen Fördermöglichkeiten auch viele Firmen und Institutionen, die Selbsthilfe z.B. bei der Finanzierung von Flyern etc. unterstützen. Diese möchten auf dem Druckwerk selbstverständlich auch genannt werden. Daher ist zu beachten, dass ein Sponsor gesucht wird, der politisch und bei der Zielgruppe (Spieler) keine Bedenken hervorruft.
2. Wird auf dem Flyer oder Plakat der Träger genannt, bei dem die Gruppe stattfindet, möchte die Einrichtung i.d.R. darüber informiert sein.
3. Wird auf dem Flyer oder Plakat eine Telefonnummer zur Kontaktaufnahme angegeben, muss sicher gestellt sein, dass Anrufe auch entgegengenommen werden. In Absprache mit einer Beratungsstelle können ggf. auch deren Telefonnummer angegeben und entsprechende Informationen zur Selbsthilfegruppe von dort an Anrufer weitergegeben werden.

4. Über die Verwendung von Spielsymbolen oder Automatenabbildungen auf Flyern und Plakaten gibt es unterschiedliche Meinungen: Einerseits wird mit solchen Symbolen und Abbildungen sofort das Thema erkennbar und möglicherweise die Aufmerksamkeit eines Betroffenen erregt, andererseits wird mit solchen Abbildungen auch bei manchen Spielern der Spielimpuls angesprochen, was möglichst vermieden werden sollte.
5. Ein Hinweis auf die Erreichbarkeit mit dem Öffentlichen Personen Nahverkehr und ggf. eine kurze Wegbeschreibung erleichtern Interessierten den ersten Besuch der Gruppe.
6. Um Missverständnissen vorzubeugen, sollte angegeben werden, ob nur betroffene Spieler oder auch Angehörige die Gruppe besuchen können.
7. Ein Leitspruch und / oder die wichtigsten Gruppenregeln auf dem Flyer oder Plakat helfen, einen ersten Eindruck über die Gruppe zu vermitteln.

1.2 Öffentliche Förderungsmöglichkeiten von Spieler Selbsthilfegruppen

Im folgenden Kapitel erhalten Sie Informationen zu den finanziellen Fördermöglichkeiten für Selbsthilfegruppen, unter der Berücksichtigung der Situation in NRW. Diese werden durch die **Krankenkassen** und die **Deutsche Rentenversicherung Bund** geleistet. Eine Förderung durch das Land Nordrhein Westfalen betrifft die Landeskoordination von Selbsthilfegruppen. In NRW ist dies der Arbeitsausschuss Suchtselbsthilfe.

1.2.1 Förderung durch die Krankenkassen:

Die gesetzlichen Krankenkassen sind seit 1993 zur Selbsthilfeförderung verpflichtet. Dieses wurde im Jahre 2000 durch eine gesetzliche Verankerung der Selbsthilfeförderung im Rahmen der Gesundheitsreform im V. Sozialgesetzbuch (SGB V §20,4.) genauer festgeschrieben, um die Fördermöglichkeiten der Selbsthilfe zu verbessern. Ziel dieser Veränderung war die Stärkung der Selbsthilfegruppenarbeit.

Mit der Gesundheitsreform 2007 wurde diese Grundlage überarbeitet, die nun als § 20c SGB V in Kraft getreten ist.

Die Krankenkassen werden verpflichtet, einen bestimmten Betrag pro Versichertem (0,55€) pro Jahr zu zahlen. Wesentliche Änderung ist z. B. die Verpflichtung zur Bildung der kassenübergreifenden Gemeinschaftsförderung auf allen Ebenen: Bund - Länder - Regionen. Des Weiteren haben die Kassen auch die Möglichkeit zu einer krankenkassenindividuellen Förderung. Ab 2008 sind diese Fördermittel vollständig an die Selbsthilfegruppen, die Selbsthilfe-Organisationen und die Selbsthilfekontaktstellen auszuschütten. Durch die Förderung sollen die Aktivitäten der Gruppen und der Selbsthilfeverbände auf Landes- und Bundesebene, die sich der Prävention und der Rehabilitation von Versicherten zum Ziel gesetzt haben, unterstützt werden.

Die Förderung der gesundheitsbezogenen Selbsthilfearbeit bleibt ein Zuschuss, es ist keine Vollfinanzierung vorgesehen.

Entsprechend der gesetzlichen Neuerung wird eine kassenartenübergreifende Förderung, die **Pauschalförderung** geben und eine krankenkassenindividuelle Förderung, die (überwiegend) **Projektförderung**.

Beide Förderungsarten werden gleichrangig behandelt. Auf örtlicher Ebene können Krankenkassen auch durch Sachmittel unterstützen.

Die Pauschalförderung:

Die Förderung der Selbsthilfe im Rahmen der kassenartenübergreifenden Gemeinschaftsförderung erfolgt als Pauschalförderung. Diese ist als „die finanzielle Unterstützung der originären, gesundheitsbezogenen Selbsthilfearbeit“ definiert.³ Dies können beispielweise Zuschüsse zur Informations- und Beratungstätigkeit sein. Personal- und Sachaufwendungen können ebenfalls durch die Pauschalförderung bestritten werden. Gefördert wird für den Zeitraum eines Jahres. Die Beantragung von Mitteln kann nach Bedarf jährlich erfolgen.

Eine generelle Personalstellenförderung ist nicht möglich.

Zu den förderfähigen Aufwendungen zählen insbesondere:

- Regelmäßige Gruppentreffen (Übernahme von Mietkosten)
- Bereitstellen von Büroaufwendungen und Sachkosten (PC, Anrufbeantworter, mobiles Telefon, Faxgerät, PC mit Internetanschluss, Kopierer, Overheadprojektor, Diaprojektor, Schreibmaschine, Büroeinrichtung)
- Fortbildungen oder Schulungen, die auf die Befähigung zur Verbandsarbeit und auf administrative Tätigkeiten abzielen (z.B. kaufmännischen Weiterbildungen, Weiterbildungen zum Vereinsrecht, PC-Schulungen, Rhetorik)
- Durchführung von Gremiensitzungen gemäß Satzung (z.B. Mitgliederversammlungen etc.)
- Kosten für Öffentlichkeitsarbeit (Druck von Faltblättern, Übernahme des Versands von Informationsmaterial und Einladungen wie z.B. Papier, Porto, Mitgliederrundbriefe, Stellwände, Infotheken, Fahrtkosten).
- Pflege des Internetauftritts / Homepage

Jede Gruppe kann ortsgebunden im Rahmen der kassenartenübergreifenden Gemeinschaftsförderung bei einer Krankenkasse den Antrag auf Pauschalförderung bekommen und dort auch stellen. Die Pauschalförderung, sowie die kassenindividuelle Förderung, sind bundesweit nicht einheitlich geregelt.

Ein Musterexemplar für die Beantragung von örtlichen Selbsthilfegruppen können Sie unter www.nakos.de/site/data/GKV_Antrag_SHG.doc erhalten. In NRW wird der Antrag dann an das zuständige Gremium weitergegeben, das sich aus Vertretern aller Krankenkassen und der Selbsthilfeverbände vor Ort zusammensetzt. Wichtig bei der Beantragung ist der Hinweis, dass die Mittel für die gesundheitsbezogene

³ Rahmenvorgaben der Spitzenverbände der Krankenkassen zur Umsetzung der kassenübergreifenden Gemeinschaftsförderung nach § 20c SGB V ab dem 1. Januar 2008 vom 17. September 2007

Selbsthilfearbeit beantragt werden. Am Ende des Jahres muss ein Verwendungsnachweis ausgefüllt werden, in dem dieser Aspekt aufgeführt wird. Auch der Name der Gruppe sollte den Gesundheitsaspekt enthalten, also „SpielerSelbsthilfegruppe“. Dieses gilt auch für Angehörigengruppen von Spielern.

Das spart Bearbeitungszeit bei den Krankenkassen und ist insbesondere für die Beantragung von Projektmitteln für bestimmte Maßnahmen erforderlich.

Die Pauschalförderung ist für die Selbsthilfegruppen vor Ort das entscheidende Förderverfahren zur Unterstützung ihrer kontinuierlichen Arbeit.

Sie muss bei den Krankenkassen einmal jährlich beantragt werden und wird schnell und unbürokratisch ausgezahlt. Sie gibt den Gruppen Planungssicherheit und einen selbstbestimmten Einsatz der Fördergelder. In NRW gilt: Die Förderung erfolgt unabhängig davon, wie viele Mitglieder der Selbsthilfegruppe angehören, die Höhe der Förderung jedoch ist mitgliederabhängig. Die Gruppe muss in den Anträgen eine Bankverbindung nennen. Dieses sollte ein eigenes Gruppenkonto sein, kein privates Konto, da es für Krankenkassen unüblich ist, auf Privatkonten zu überweisen.

Die Zuständigkeit der Krankenkassen richtet sich nach Bundes-, Landes- und Ortsebene. Das bedeutet, dass die regional aktive Selbsthilfegruppe ihre Förderanträge bei der örtlichen Krankenkasse stellt, die Landesverbände der Selbsthilfe bei den Landesverbänden der Krankenkasse. Eine Liste der Ansprechpartner der nordrhein-westfälischen Krankenkassen(verbände) zu Fragen der Förderung der Landesorganisationen /-verbände der Selbsthilfe ist im Anhang der Broschüre zu finden.

Weitere Informationen zur Förderung der Selbsthilfe nach § 20 c SGB V können über die Landesstellen für Suchtfragen eingeholt werden. Für NRW ist der Ansprechpartner der Fachausschuss Suchtselbsthilfe NRW (Adresse im Anhang).

Die Projektförderung:

Mit den Mitteln der kassenindividuellen Förderung werden überwiegend Projekte gefördert. Unter Projektförderung wird die gezielte, zeitlich begrenzte Förderung einzelner, inhaltlich abgegrenzter Vorhaben und Aktionen der Selbsthilfe verstanden, z.B. Veranstaltungen oder Veröffentlichungen (Broschüren, Bücher). Die Projektförderung bedarf der gesonderten Antragsstellung bei einer Krankenkasse. Da die kassenindividuelle Förderung nicht bei allen Primärkassen und Ersatzkassen einheitlich geregelt ist, sollten Sie sich weitere Informationen bei den einzelnen Kassen holen. Sie

finden eine Liste der Ansprechpartner auf Landesebene für NRW im Anhang. Eine bundesweite Liste der Ansprechpartner der Krankenkassen finden Sie unter www.dhs.de

1.2.3 Zuwendungen der Rentenversicherung:

Die Deutsche Rentenversicherung Bund fördert auf Grundlage von § 31 Abs. 1 Satz 1 Nr. 5 SGB VI die regionalen Angebote der Suchtkrankenhilfe. Mit 870.000,- € Regionalmitteln wird seit 1989 die Selbsthilfe gefördert. Seit 1991 werden auch die neuen Bundesländer gefördert. Damit sollen am regionalen Bedarf ausgerichtete, projektbezogene Angebote in der professionellen ambulanten Hilfe und Selbsthilfegruppen und -aktivitäten unterstützt werden. Ziel ist „die Abwendung einer erheblichen Gefährdung der Erwerbsfähigkeit bzw. die wesentliche Besserung oder Wiederherstellung der bereits geminderten Erwerbsfähigkeit“. Diese Definition muss bei der Beantragung der Regionalmittel immer mit berücksichtigt werden. Es können pauschale Förderungen für Gruppen beantragt werden oder/und Schulungen für Gruppen oder Gruppenleiter. Die Fördergelder werden in der Regel für ein Jahr und längstens für drei Jahre für dasselbe Projekt vergeben.

Die Deutsche Rentenversicherung Bund sieht drei Verfahren zur Beantragung der Fördergelder vor. Diese sind:

- Beantragung einer pauschalisierten Gruppenförderung
- Beantragung von standardisierten Schulungen
- Beantragung nach dem alten Verfahren

Für die Beantragung stehen verschiedene Formulare zur Verfügung. Diese können unter www.dhs.de/web/projekte/nachsorge.php heruntergeladen werden. Gleichzeitig erhalten Sie hier wichtige und aktuelle Informationen zur Förderung. Die Anträge müssen für NRW über die Landesstelle für Suchtfragen in 48147 Münster Friesenring 32-34 eingereicht werden.

Die einzelnen Selbsthilfegruppen können im Rahmen der **„pauschalisierten Selbsthilfegruppenförderung“** jährlich eine Zuwendung von max. 200,00 € erhalten. Diese Summe kann flexibel eingesetzt werden. Ein detaillierter Verwendungsnachweis ist nicht erforderlich. Die Posten müssen nicht einzeln im Antrag oder Nachweis aufgeführt werden. Durch die Unterschrift des Gruppenleiters wird bestätigt, dass das Geld antragsgemäß verwendet wurde.

Gefördert werden:

- Aus-, Fort- und Weiterbildungen
- Referentenhonorare
- Aufwendungen im Rahmen der ehrenamtlichen Tätigkeiten (Fahrtkosten, Telefon, Porto)
- Materialien für die Gruppen- und Öffentlichkeitsarbeit

Voraussetzungen für diese Förderung sind:

- die Gruppe besteht seit mindestens einem Jahr
- sie hat mindestens 10 TeilnehmerInnen
- sie trifft sich mindestens 1x pro Woche.

Die Beantragung von **standardisierten Schulungen** (Seminare) ist eine weitere Fördermöglichkeit. Die Gruppen können mehrere Schulungen beantragen, für die sie festgesetzte Zuwendungen pro Teilnehmer und Dauer erhalten. Die Inhalte müssen auf die Zielsetzung der Rentenversicherungsträger ausgerichtet sein. Der Antrag muss daher die Themen der Schulung, die Dauer, den Veranstalter und die Teilnehmeranzahl enthalten. Für diese Form der Zuwendung muss die Gruppe Eigenmittel und Teilnehmerbeiträge einbringen. Im Antrag und im Verwendungsnachweis müssen diese Zahlen aufgeführt werden. Ebenfalls sind Teilnehmerlisten und Themenangaben beizufügen.

Eine dritte Möglichkeit der Beantragung besteht durch das **„alte Verfahren“**. Diese Form ist für größere Projekte und Schulungen vorgesehen. Sie bedeutet mehr Aufwand durch die Notwendigkeit detaillierter Angaben, in denen keinerlei Pauschalsummen eingesetzt werden können. Eigenmittel sind einzubringen. Für Gruppen eignet sich die Beantragung von Pauschalmitteln und Schulungsfördermitteln.

Weitere Hilfen:

Wenn Sie Unterstützung bei der Beantragung benötigen, können Sie sich gerne an die Fachstelle Glücksspielsucht in Neuss wenden oder an die Deutsche Hauptstelle für Suchtfragen (DHS). Wir helfen Ihnen auch, die notwendigen Begründungen zu formulieren. Weiterhin halten wir es für unsere Aufgabe, Ihnen bei der Herstellung von Kontakten zu helfen, da wir landesweit für die Vernetzung von Selbsthilfegruppen im Bereich Glücksspielsucht zuständig sind. Eine Orientierungshilfe bundesweit bietet auch NAKOS (Adresse im Anhang) und die DHS. Weitere Unterstützung zum Aufbau gibt es bei den regionalen Selbsthilfekontaktstellen.

2. Wie die Gruppe laufen lernt....

Selbsthilfe entfaltet ihre volle Kraft in der Gruppe

In Selbsthilfegruppen treffen sich Menschen mit einem sie alle verbindenden Problem, um sich gemeinsam mit auf die Krankheit bezogenen Fragen auseinander zu setzen. Wichtige Ziele sind, sich gegenseitig emotional zu entlasten und praktische Unterstützung und Hilfen im Umgang mit Belastungen auszutauschen. Diese gemeinsamen Ziele lässt die Gruppe entstehen und bestehen. Das Gruppengespräch bietet nicht nur die Möglichkeit, Erkenntnisse über sich selbst, den eigenen Verhaltensweisen und Eigenarten zu gewinnen, sondern stellt durch das Miteinander in der Gruppe auch ein Übungsfeld für Umgangsweisen mit Problemen und veränderten Verhaltensweisen dar. Damit kann die durch die Glücksspielsucht oftmals mitverursachte, soziale Isolation durchbrochen werden. Die Teilnehmer können die Kraft und den Mut finden, um selbstverantwortlich die Folgen oft langjährigen Glücksspielens zu tragen und wieder das Selbstvertrauen und die Entschlossenheit für eine neue Lebensperspektive bzw. einen Lebensentwurf ohne das Glücksspiel zu entwickeln.

2.1 Kommunikation in Gruppen

Das Wissen über Kommunikation lässt sich nutzen, um das Gruppengespräch in Selbsthilfegruppen positiv zu beeinflussen und mögliche Gesprächsblockaden auszuräumen.

*Man kann nicht nicht
kommunizieren
Paul Watzlawick*

Hilfreich für die Kommunikation in Gruppen ist.....

1. Einige grundlegende Informationen und Hintergründe zum Thema Kommunikation zu kennen:

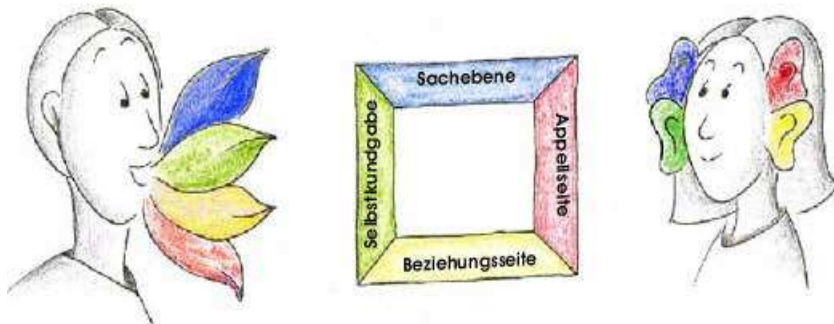
Beobachtet man zwei Menschen bei einem Gespräch, wird schnell deutlich, dass die Kommunikation zwischen ihnen nicht nur über den sprachlichen Informationsaustausch, sondern auch über nicht sprachliche Signale läuft. Dazu gehören vor allem die Körpersprache (Mimik, Gestik, Haltung), aber auch unbewusste Körperreaktionen, wie rot werden, schwitzen etc. Die nichtsprachliche Ebene der Kommunikation läuft oft unbewusst ab, hat aber einen großen Einfluss auf die gesamte Kommunikation. Ein

Kernsatz der Kommunikationslehre lautet demnach: „Man kann nicht nicht kommunizieren“⁴.

Für die Kommunikation in (Selbsthilfe-)Gruppen sind nichtsprachliche Signale besonders wichtig, da idealerweise nur ein Gruppenmitglied zeitgleich spricht, die restliche Gruppe aber trotzdem auf der nonverbalen Ebene kommuniziert. Durch Körperhaltung und Blickkontakt lassen sich zum Beispiel Interesse oder Desinteresse, Zustimmung oder Ablehnung ausdrücken.

Missverständnisse und unklare Kommunikation entstehen beispielsweise, wenn jemand auf der sprachlichen Ebene etwas anderes äußert, als auf der nichtsprachlichen Ebene. Z.B. Paul sagt „Mir geht es gut“ und lässt dabei die Schultern und den Kopf hängen.

Auf den verschiedenen Kommunikationsebenen werden also neben Sachinformationen auch Gefühle transportiert. Darüber hinaus lassen sich aber noch weitere Kommunikationsebenen unterscheiden⁵:



Ein Beispiel hierzu: Gruppengespräch in einer Selbsthilfegruppe

Fritz sagt: „Jetzt will ich aber auch mal etwas zum Thema Rückfall sagen!“

Sachebene: Fritz möchte einen Wortbeitrag zum Thema „Rückfall“ machen.

Appellebene: Lasst mich auch mal etwas sagen!

Selbstkundgabe: Ich fühle mich nicht gehört/nicht in das Gespräch integriert.

Beziehungsebene: Ihr lasst mich nicht zu Wort kommen, ihr nehmt mich nicht ernst, aber ich traue mich euch zu kritisieren.

In einem Gespräch spielen demnach also alle vier Aspekte eine Rolle. Der Verlauf und die Qualität des Gesprächs hängen davon ab, wie die vier Ebenen zusammenspielen.

⁴ Paul Watzlawick

⁵ Schulz von Thun, das 4-Ohren-Modell

Hilfreich für die Kommunikation in Gruppen ist.....

2. Zu wissen, dass es Dinge gibt, die für die Kommunikation in Gruppen förderlich sind und Dinge, die Kommunikation stören oder erschweren können.

Für die Kommunikation innerhalb der Gruppe sind Regeln wichtig, um einen respektvollen Umgang untereinander zu ermöglichen. Die Themen in Selbsthilfegruppen sind oft mit starken Emotionen beladen. Hier helfen Gesprächsregeln, trotz starker Gefühle, eine angemessene Art zu finden, diese zu äußern, ohne andere Gruppenmitglieder zu verletzen oder zu kränken.

In der Befragung der Spielerselbsthilfegruppen in NRW wurde häufig geäußert, dass die Gruppenarbeit als sehr mühevoll erlebt wurde, wenn es keine Gesprächsregeln in der Gruppe gab oder sich nicht daran gehalten wurde. Wenn z.B. Leute zu sehr vom eigentlichen Thema abschweifen oder sich einzelne Gruppenmitglieder zu sehr in den Mittelpunkt stellen.

Die Mitglieder aus bestehenden Spielerselbsthilfegruppen in NRW finden:

Kommunikationsfördernd	Kommunikationsstörend
Einen vertrauensvoller und wertschätzender Umgang unter den Gruppenmitgliedern, bei dem sich jeder akzeptiert und respektiert fühlt.	Grenzen der anderen Gruppenmitgliedern nicht beachten/akzeptieren, Inhalte der Gruppensitzungen an Dritte „ausplaudern“.
Jemanden in der Gruppe zu haben, der das Gruppengespräch moderiert und strukturiert.	Fehlende Struktur in der Gruppe, alle reden durcheinander.
Individuell, gemeinsam festgelegte Gesprächsregeln zu haben und auf deren Einhaltung zu achten z.B.: <ul style="list-style-type: none"> • Es wird nicht über andere gelacht, nur mit anderen. • Es wird akzeptiert, wenn man „Stop“ sagt/Grenzen setzt. • Die Verantwortung wird beim Einzelnen gelassen. • Die Gruppe schützt einen vor Angriffen. • Jeder kann selbst entscheiden, ob er zuhören und/oder etwas sagen möchte. • Jeder kann ausreden. 	Fehlende Gesprächsregeln.
Interesse zeigen, indem man Fragen stellt, bei Erzählungen genauer	Deutliches Desinteresse zeigen.

nachfragt.	
„Aktives Zuhören“ praktizieren, indem man sich gedanklich auf das Gesagte konzentriert und nicht abschweift. z.B. „Habe ich dich richtig verstanden, du sagst, dass“	Nicht aufmerksam zuhören, sondern sich gedanklich mit etwas anderem beschäftigen.
Angemessene Rückmeldungen und Feedback zu Gesagtem geben (Formulierung in Ich-Botschaften, nur Feedback geben, wenn der Betroffene es auch hören möchte)	Kritik und Einwände in verletzender, unangemessener Form äußern.
Unklarheiten, Missverständnisse und Konflikte → Störungen offen ansprechen.	Unklarheiten, Missverständnisse und Konflikte unausgesprochen stehen lassen

2.2 Die Wirkfaktoren und Ressourcen der Selbsthilfe

Welche Wirkfaktoren, -also alle Einflüsse und Bedingungen, die in der Gruppe als hilfreich erlebt werden-, für den Einzelnen im Vordergrund stehen, kann sehr unterschiedlich sein und je nach Lebenssituation wechseln. Um einen Eindruck zu bekommen, worin die Stärken und Wirkfaktoren in Spielerselbsthilfegruppen liegen, werden hier einige Aspekte aus der Befragung der Spielerselbsthilfegruppen NRW 2006 wiedergegeben:

- An erster Stelle vermittelt die Gruppe den Mitgliedern das Gefühl „unter seinesgleichen zu sein“. Sie machen die Erfahrung, dass jeder das gleiche Problem hat und können sich nicht verstecken.
- Wesentlich ist für die Gruppenmitglieder auch, dass man die Erfahrung machen kann, bei Rückfällen von der Gruppe angenommen zu werden.
- Als weitere wesentliche Erfahrung wird genannt, dass man in der Gruppe lernt über sich zu sprechen. Hierzu gehört auch, dass die Befragten das Gefühl haben, dass die Gruppe gut zuhören kann und sie dort Erfahrungen austauschen können.
- Als sehr wichtig wird auch die Erfahrung eingeschätzt, durch die Gruppe Anregungen zu erhalten und über sich selbst nachdenken zu lernen. Die Teilnehmer entdecken Neues an sich. Mitglieder der SHG sind bereit von anderen zu lernen und schätzen die Gruppe als Ratgeber.
- Als bedeutsam wird weiter genannt, dass die Gruppe Halt gibt und Sicherheit vermittelt. Für viele ist sie auf diese Weise ein „Stützpfiler“ geworden und für manche sogar zur 2. Heimat.

- Die Erfahrung von Offenheit und Ehrlichkeit wurde ebenfalls wichtig gefunden. Damit scheinen die Mitglieder nicht nur die eigene Offenheit zu meinen, sondern auch die Erfahrung, dass die Gruppe untereinander ehrlich ist. Was auch bedeuten kann, dass auch schon mal „Tacheles“ geredet wird.
- Durch die Regelmäßigkeit des Gruppenbesuchs, der als wirksam erachtet wird, erhalten die Teilnehmer Übung darin, verlässlich zu sein. Auch verlässlich sich selbst gegenüber, da die Wachsamkeit sich selbst gegenüber durch den Besuch der Gruppe nach Meinung der Teilnehmer auch gestärkt wird.
- Häufig genannt wurde von den Befragten auch, dass die Gruppe ihnen hilft, Selbstbewusstsein zu entwickeln. Dies geschieht auf unterschiedliche Weise. Einmal wird das eigene Konkurrenzverhalten in einem positiven Sinne durch die Gruppe angesprochen. Genannt wurde: „Wenn die das schaffen, schaffe ich das auch.“ Förderlich für das eigene Selbstbewusstsein ist sicherlich auch, dass man in der Gruppe lernt mit dem Kontra, das einem auch entgegen gebracht werden kann, umzugehen.
- Schließlich ist für viele Gruppenmitglieder die spirituelle Dimension und sind die 10 Schritte der GA zu einer wichtigen Erfahrung geworden. Durch die Teilnahme an der Gruppe haben diese zum Glauben gefunden. Der Sinn, den viele im Leben suchen, besteht darüber hinaus für einen Teil der Gruppenmitglieder in der Gemeinschaft, die sie in der Selbsthilfegruppe erfahren.
- Die Gruppenteilnehmer schätzten auch, dass die Gruppe eine warnende und erinnernde Funktion übernimmt, und zwar helfe die Gruppe beim bewusst machen und Aufzeigen von negativen Konsequenzen, die in Folge einer Spielsucht entstehen. Und dies alles geschieht nach Aussagen der Gruppenmitglieder in einem Klima, das durch eine gute Mischung von Ernsthaftigkeit und Humor geprägt ist.

2.3 Struktur und Organisation innerhalb der Selbsthilfegruppe

Notwendigkeit von Gruppenregeln

Im Rahmen der Befragung von Spielerselbsthilfegruppen in NRW wurde deutlich, dass feste Gruppenregeln wichtig und hilfreich für das Funktionieren der Selbsthilfegruppe sind.

Durch festgelegte Regeln erhält die Gruppe mehr Struktur, Verbindlichkeit und Verlässlichkeit. Dadurch fällt es vor allem neuen Gruppenmitgliedern leichter, Vertrauen aufzubauen und sich in der Gruppe zu orientieren bzw. zu integrieren. Zu unterscheiden sind hierbei allgemeine Gruppenregeln, die in diesem Abschnitt beschrieben werden, und Gesprächsregeln, die im oberen Abschnitt angesprochen wurden. Die Gruppen in NRW haben folgende Regeln als hilfreich beschrieben.

Regeln bezüglich der Rahmenbedingungen/ organisatorischen Ebene:

- Alle erscheinen pünktlich zu den Treffen.
- Wer nicht kommen kann, meldet sich ab.
- Während des Treffens wird nicht geraucht.
- Jeder spricht von sich selbst u. respektvoll mit und über andere Menschen.
- Anonymität – Das Besprochene bleibt in der Gruppe.

Es gab sehr unterschiedliche „Gruppenstile“. Einige bevorzugten möglichst wenige bzw. lockere Regeln, die Mehrzahl der Befragten tendierte jedoch zu klaren, festen Gruppenregeln.

Von Zeit zu Zeit ist es sinnvoll, sich mit den Regeln in der Gruppe auseinander zu setzen. Interessant sind dabei beispielsweise Fragen wie: Gibt es bei uns Gruppenregeln? Sind die Gruppenregeln „offiziell“, d.h. allen bekannt und von allen anerkannt? Sind wir zufrieden mit unseren Gruppenregeln? Brauchen wir neue/andere Gruppenregeln?

Für neu gegründete Gruppen kann die o. g. Auflistung als Orientierung bei dem Erstellen von eigenen Gruppenregeln dienen. In beiden Fällen gilt: Diese Auflistung soll zum Austausch über das Thema Gruppenregeln anregen und eine Orientierung geben. Jede Gruppe braucht ihre eigenen individuellen Regeln, die gemeinsam ausgehandelt und diskutiert werden sollten.

Wer übernimmt die Gruppenleitung

Braucht unsere Selbsthilfegruppe eine Gruppenleitung? Auch diese Frage muss jede Selbsthilfegruppe individuell für sich lösen. Dabei gibt es viele Argumente, die für die Einrichtung einer Gruppenleitung sprechen, aber auch einige Punkte, die für andere Organisationsformen sprechen.

In unserer Befragung sprachen sich einige Gruppenmitglieder gegen eine Gruppenleitung aus und gaben an, dass ihre Gruppe auch ohne eine feste Gruppenleitung funktionieren würde. Sie bevorzugten es, Dinge gemeinsam zu entscheiden und Aufgaben auf alle

Gruppenmitglieder zu verteilen, damit jedes Mitglied einen Teil der Verantwortung der Gruppe übernimmt. Bei dieser Art der Gruppenorganisation stehen die Aspekte der Selbstbestimmung und Autonomie der Gruppenmitglieder im Vordergrund.

Die Befragten, die sich für eine Gruppenleitung aussprachen, nannten folgende Gründe, warum eine Gruppenleitung für sie wichtig ist:

- Damit jemand auf die Einhaltung der Regeln achten kann.
- Damit jemand da ist, der sich speziell um neue Mitglieder kümmern kann.
- Damit jemand da ist, der die Gruppe zusammen hält.
- Damit jemand die Gruppe nach Außen hin vertreten kann (z.B. in einem Selbsthilfedachverband oder bei Pressearbeit)
- Zuständiger Ansprechpartner (z.B. für Absagen, Fragen, interessierte Neulinge)
- Moderation der Gruppengespräche
- Klärung von Konflikten (im Rahmen der Gruppe oder in Einzel- bzw. Kleingruppengesprächen)

In der Praxis der Selbsthilfegruppen fanden wir außerdem das Modell der rotierenden Gruppenleitung. Hier wechselt die Gruppenleitung, beispielsweise alle drei Monate und so übernimmt jedes Gruppenmitglied die Rolle der Leitung zeitweise.

Die Kunst, die Gruppe zu leiten und nicht darunter zu leiden

Neben den zahlreichen Vorteilen, die eine Gruppenleitung für die Gruppe selbst hat, wird diese Aufgabe auch von den meisten Gruppenleitern sehr positiv erlebt.

Allerdings schilderten einige Gruppenleiter auch einen hohen Verantwortungsdruck, unter dem sie aufgrund ihrer Rolle stehen. Dieser Druck kann auf verschiedene Weisen erfolgen, z.B.:

- durch das Gefühl, die Gruppe zusammenhalten zu müssen
- sich einer Vielzahl von unterschiedlichen Erwartungen ausgesetzt zu sehen
- durch das Gefühl die Gruppe zu strukturieren und ihr einen „Rahmen“ geben zu müssen
- die Teilnehmer zu regelmäßigen Treffen zu motivieren
- neue Mitglieder „in der Gruppe zu halten“
- das Gefühl, alleine für die Gruppe verantwortlich zu sein und es allen recht machen zu wollen erlebten viele als besonders belastend. Außerdem bezogen

viele der Gruppenleiter das Fernbleiben von Mitgliedern oder Schweigen in der Gruppe auf sich persönlich.

Aus diesen Erfahrungen aus der Praxis von Selbsthilfegruppen lässt sich die Empfehlung ableiten, den Gruppenleitern eine Reflexionsmöglichkeit für ihre Rolle in der Gruppe zu ermöglichen (beispielsweise im Austausch mit anderen Gruppenleitern). Es kann auch hilfreich und entlastend sein, die Rolle der Gruppenleitung auf zwei oder mehr Personen zu verteilen, damit die Verantwortung nicht auf einer Person alleine lastet. Bei dieser Form der Gruppenleitung sollten jedoch klare Absprachen und Aufgabenteilungen stattfinden, um Missverständnisse und Unklarheiten zu vermeiden.

Die Fachstelle Glücksspielsucht; Neuss bietet zwei Mal im Jahr Austauschtermine speziell für Gruppenleiter an.

2.4 Umgang mit dem Thema „Rückfall“ in der Gruppe

Unterschiedliche Sichtweisen zum Thema Rückfall - Rückfall als Chance

Entscheidend für die Auswirkungen, die ein Rückfall auf das weitere Leben hat, ist die Interpretation und der damit verbundene Umgang mit dem Rückfall. Es gibt viele unterschiedliche Sichtweisen und

Meinungen zum Thema Rückfall. Den Rückfall weder als Lappalie, noch als Katastrophe zu interpretieren, sondern

*Erfahrung ist die Summe der gemachten Fehler.
(Verfasser unbekannt)*

ihn als Warn-signal und gleichzeitig auch als Chance zur neuen Auseinandersetzung mit sich selber zu sehen, ist eine hilfreiche Sichtweise.

In der Befragung der Spielerselbsthilfegruppen in NRW wird deutlich, dass in allen Gruppen ein an Ressourcen und Lösungen orientierter Umgang, mit Rückfällen zu verzeichnen ist. In einigen Gruppen wird die Bereitschaft der Auseinandersetzung mit Rückfällen vorausgesetzt. Vorausgesetzt wird nicht die Spielfreiheit, sondern der Wille dazu.

Umgang mit einem akuten Rückfall

Sowohl für den einzelnen Spielsüchtigen, als auch für sein soziales Umfeld und für Selbsthilfegruppen ist es wichtig, sich schon im Vorfeld vorbeugend mit dem Thema Rückfall auseinander zu setzen und eine eigene Haltung zu dem Thema zu entwickeln.

Für den Betroffenen:⁶

Was tue ich, wenn ich trotz gutem Vorsatz wieder gespielt habe?

- 1) Ich begrenze den Schaden durch sofortiges Handeln und stoppe sofort das Glücksspiel
- 2) Ich verlasse schnellstens den Ort des Glücksspiels
- 3) Ich hole mir Hilfe (Selbsthilfegruppe, Freunde, Beratungsstelle,...) und verschweige nichts
- 4) Ich überprüfe meine Sicherungssysteme und reaktiviere sie evtl. wieder neu (z.B. Eigensperre, Unterstützung bei der Geldverwaltung, weniger Bargeld mitnehmen,...)
- 5) Ich nehme meinen Rückfall ernst, betrachte ihn aber nicht als Katastrophe, sondern als Signal für Probleme, für die es (noch) keine Bewältigungsmöglichkeiten gibt.
- 6) Ich übernehme die volle Verantwortung für die Folgen des Rückfalls

Für die Gruppe

Innerhalb einer Selbsthilfegruppe ist die Haltung (s.o.) gegenüber Rückfällen ein wichtiger Faktor bei der Entscheidung des Betroffenen, einen Rückfall in der Gruppe zu „beichten“ oder nicht. Die Reaktion der Gruppenmitglieder sollte nicht von Vorwürfen und negativen Äußerungen geprägt sein. Auch hier hilft es, den Rückfall als Warnzeichen zu werten und nicht als Ende der Spielabstinenz zu interpretieren. Zunächst sollten gemeinsam mit dem Betroffenen Schritte zur Lösung seiner vielleicht schwierigen Situation erarbeitet werden und anschließend mögliche Ursachen und Auslöser für den Rückfall gesucht werden.

Hilfreiche / konstruktive Fragen an den Betroffenen könnten dabei sein:

Warum habe ich gerade jetzt gespielt? Wozu habe ich das Spielen gebraucht? Welche ungelöste Aufgabe wurde durch das Spielen deutlich oder welcher Belastung wurde ausgewichen? Was hätte ich an meinem Verhalten ändern können, damit ich nicht gespielt hätte? Was könnte ich aus dem Rückfall lernen? Wie schütze ich mich vor erneutem Rückfall?

Wann ist das Risiko für einen Rückfall am höchsten?

Grundsätzlich kann man sagen: Je länger jemand spielfrei gelebt hat, desto größer ist die Wahrscheinlichkeit auch weiterhin spielfrei zu bleiben.

⁶ Auszug aus: „Ich kann auch anders!“ Hilfreiche Strategien. Landesfachstelle Glücksspielsucht NRW, Herford 2006

Innerhalb der ersten drei Monate nach einer Therapie ist das Rückfallrisiko am höchsten. Man verlässt den schützenden Rahmen der Therapie (besonders bei stationären Therapien). Bisher war immer ein Ansprechpartner da und man konnte sich auf sich und seine Suchtproblematik konzentrieren und mit anderen Betroffenen austauschen. Nun geht es zurück in den Alltag und die Gefahr, in alte Verhaltensmuster zurückzufallen, ist groß. Deshalb ist gerade direkt nach der Therapie eine Anbindung an eine Selbsthilfegruppe wichtig, um weiterhin einen Raum für Austausch, Reflexion und Rückmeldung durch andere Betroffene zu haben. Nach dem ersten spielfreien Jahr hat man erfahrungsgemäß die schwierigste Phase überstanden.

Anzeichen / Ursachen / Auslöser eines Rückfalls

Faktoren, welche die Entstehung von Rückfällen begünstigen, liegen zum einen in der Person des Glücksspielsüchtigen selber. Zum anderen spielen aber auch Einflüsse von außen eine große Rolle.

Faktoren innerhalb des Glücksspielsüchtigen:

Zu den wichtigsten Faktoren bei der Entstehung von Rückfällen gehören unangenehme, negativ besetzte Gefühlszustände, wie beispielsweise Ärger, Ängste, depressive Stimmungen etc. Glücksspieler behandeln sich oft bewusst oder unbewusst selber, indem sie ihr Suchtverhalten einsetzen, um den unangenehmen Gefühlen entfliehen zu können. Sie haben oft keine anderen Bewältigungsmöglichkeiten, um wieder einen positiven Gefühlszustand erreichen zu können bzw. den negativen Gefühlszustand aushalten zu können. Weitere Faktoren sind die individuellen Gedanken und Einstellungen des Glücksspielsüchtigen zu seiner Sucht, durch die das Rückfallrisiko beispielsweise unterschätzt werden kann sowie die aktuellen Lebensumstände und Gewohnheiten der Betroffenen, bei denen Überforderungssituationen, Stress, fehlender Ausgleich und Entspannung einen negativen, rückfallfördernden Einfluss haben können.

Faktoren von außerhalb: Zu den Faktoren, die von außen einen Rückfall begünstigen können zählen u.a. fehlende Einbindung in ein soziales Netz sowie der Umgang des sozialen Umfeldes mit dem Thema Spielsucht und die fehlende Anbindung an ein Suchthilfesystem. Um Rückfällen vorbeugen zu können, ist es wichtig, sich mit möglichen auslösenden bzw. rückfallfördernden Faktoren auseinander zu setzen und sich diese bewusst zu machen und sich regelmäßig (auch im Rahmen der Selbsthilfegruppe) Gedanken über sein aktuelles Lebensgefühl und die eigene Zufriedenheit zu machen.

2.5 Neue und schwierige Situationen in der Gruppe

Wir haben mögliche neue und schwierige Situationen gesammelt und möchten im Folgenden

Große Dinge werden durch Mut errungen, größere durch Liebe, die größten durch Geduld.
Peter Rosegger

mögliche Lösungswege bzw. Umgang mit diesen Situationen aufzeigen.

Es gilt grundsätzlich das Motto „Störungen haben Vorrang“, d.h. wird eine Störung in der Gruppe wahrgenommen, sollte diese vorrangig angesprochen und bearbeitet werden.

Wenn die Gruppe über einen längeren Zeitraum eine Störung erlebt, gibt es grundsätzlich die Möglichkeit, sich Unterstützung von außen zu holen. Hier ist immer die Fachstelle Glücksspielsucht der Caritas in Neuss ansprechbar. Wenn mit einer Beratungsstelle vor Ort zusammengearbeitet wird, kann auch dort um Hilfe nachgefragt werden.

Integration von Neuen

Das erste Mal an dem Treffen einer Selbsthilfegruppe teilzunehmen kostet die meisten Menschen viel Überwindung. Viele nehmen daran Teil, weil sie sich Unterstützung und Hilfe erhoffen, einige kommen, weil ihre Partnerin oder andere Personen es von ihnen erwarten. Ob die neuen Teilnehmer sich in der Gruppe wohl fühlen und die Treffen als hilfreich und unterstützend erleben, hängt u.a. davon ab, wie sie in der Gruppe aufgenommen werden. Dabei ist es wichtig, ihnen die Wahl zu lassen, in wieweit sie sich in die Gespräche einbringen möchten. Bekommen die „Neulinge“ bei ihrem ersten Treffen das Gefühl, innerhalb der Gruppe respektvoll behandelt zu werden und dass sie von der inhaltlichen Auseinandersetzung mit dem Thema Spielsucht profitieren können, ist die Wahrscheinlichkeit groß, dass sie sich dauerhaft in die Gruppe integrieren möchten. Manche Gruppen wählen auch ein Mitglied aus, welches sich speziell um neue Mitglieder kümmert und sie zu Beginn „an die Hand nimmt“.

Konflikte innerhalb der Gruppe

In jeder Gruppe gibt es Meinungsverschiedenheiten und Konflikte. Entscheidend für das weitere Funktionieren der Gruppe ist, ob diese Konflikte ausgetragen und gelöst werden oder, ob sie unterschwellig und verdeckt verlaufen und daraus eine dauerhafte Störung für die Gruppe entsteht.

- Sobald Spannungen oder unterschwellige Konflikte innerhalb der Gruppe wahrgenommen werden, sollten diese offen angesprochen werden.

- Dabei sollten Kommunikationsformen genutzt werden, die sich positiv auf das Gespräch auswirken (aktives Zuhören, angemessenes Feedback geben, s. o).
- Bei Konfliktgesprächen, wie auch bei anderen Gruppengesprächen, kann ein Moderator hilfreich sein, der das Gespräch strukturiert und darauf achtet, dass die Aussagen nicht beleidigend oder grenzverletzend werden.

Die schweigende Gruppe

„Betretenes Schweigen nach der Begrüßung, jeder sitzt auf seinem Stuhl und schaut auf seine Schuhe, keiner sagt etwas...“ Diese Erfahrung im Rahmen einer Gruppe hat wahrscheinlich jeder schon mal gemacht. Häufen sich solche Situationen in einer Selbsthilfegruppe, werden die Treffen eher als unangenehm erlebt und motivieren nicht unbedingt zu einer weiteren Teilnahme. Besonders die Gruppenleiter bzw. die, die sich für die Gruppe verantwortlich fühlen, fühlen sich unter Druck gesetzt.

Gründe für mangelnde Gesprächsbeteiligung können beispielsweise fehlendes Vertrauen in die Gruppe oder generell fehlende Motivation sich einzubringen sein. Für neue Teilnehmer kann die unbekannte Situation vor der Gruppe zu sprechen dazu führen, dass die Betroffenen sich zunächst zurückziehen und nur zuhören wollen. Wirken sich fehlende Gesprächsbeiträge dauerhaft negativ auf die Selbsthilfegruppe aus, sollte dies in der Gruppe thematisiert werden. Dabei können sowohl mögliche Ursachen für die mangelnde Beteiligung innerhalb der Gruppe besprochen, als auch hilfreiche Veränderungsvorschläge erarbeitet werden. Es kann manchmal hilfreich sein:

- Die Gespräche mehr zu strukturieren, indem man beispielsweise die Gruppe mit einer Eingangsrunde bzw. Blitzlichtrunde beginnt, in der jeder kurz zu Wort kommt und sagt, wie es ihm gerade geht und ob er ein Thema hat, welches er heute besprechen möchte.
- Es können auch allgemeine Themen zur Spielsucht innerhalb der Gruppe gesammelt werden, die besprochen werden können, wenn keiner ein aktuelles Thema einbringen möchte (z.B. Umgang mit Rückfällen, Situation der Angehörigen).
- Die Gruppe kann auch ihrer Kreativität freien Lauf lassen und alternative Gruppenmethoden entwickeln (z.B. erarbeiten eines Themas in Kleingruppen, kreatives Arbeiten mit Collagen, Plakaten, Texten etc.).

Ein Gruppenteilnehmer dominiert die Gruppe mit seinen Beiträgen

Ähnlich anstrengend wie eine „schweigende Gruppe“ kann es sein, wenn im Gegensatz dazu ein Gruppenmitglied mit seinen Beiträgen die Gruppenabende immer wieder bestimmt. Sei es, indem er z.B. immer wieder das gleiche Thema anspricht, jedoch keinerlei Hilfe annimmt oder indem er einfach kein Ende bei der Beschreibung seiner Probleme findet und andere Gruppenmitglieder nicht mehr zum Zuge kommen.

Die Begrenzung eines Gruppenmitgliedes ist immer eine besondere Situation.

Hier kann es hilfreich sein:

- Den Betreffende respektvoll die eigene Wahrnehmung zu schildern.
- Unter Umständen die Auswirkungen seines Verhaltens benennen (z. B. dass andere Gruppenmitglieder auch Gesprächsbedarf haben, aber nicht zu Wort kommen)
- Bei Dauerrednern eine Zeit vereinbaren, die zur Verfügung steht. Die Devise hierbei lautet: „Weich im Ton und hart in der Sache“. Ist die Zeit um, sind die anderen dran.

Die Gruppe beim Kaffeeklatsch

„Nachdem meine Partnerin mich gefragt hat: „und wie lief es heute in der Gruppe?“, lies ich den Abend kurz Revue passieren und erinnerte mich, dass wir direkt zu Beginn in eine Diskussion über das letzte Fußballwochenende und die ungerechte Schiedsrichterentscheidung gerutscht sind. Anschließend berieten wir Bernd bezüglich seines geplanten Autokaufs und kurz vor Schluss ging es um die Reisepläne von Beate und die Vor- bzw. Nachteile von Pauschalreisen gegenüber Individualreisen.“

Besonders bei Selbsthilfegruppen, die schon lange bestehen und deren Mitglieder sich gut kennen, kann es passieren, dass die Themen in der Gruppe zu oberflächlich werden. Dadurch rückt die ursprüngliche Funktion der Gruppe in den Hintergrund. Die Gesprächsgruppe, die sich aufgrund eines gemeinsam verbindenden Problems gefunden hat, um sich im Rahmen der Gruppe mit krankheitsspezifischen Fragen auseinander zu setzen und sich gegenseitig zu unterstützen, verwandelt sich in eine wöchentliche „Stammtischrunde“, die den neuesten Klatsch austauscht und aktuelle gesellschaftliche Ereignisse diskutiert. Wenn dies eine dauerhafte Entwicklung in einer Selbsthilfegruppe ist, kann das dazu führen, dass die Gruppe ihren ursprünglichen Zweck und ihre gemeinsamen Ziele aus den Augen verliert und sich im Extremfall auflöst. Selbst wenn die Gruppe weiterhin besteht, ist es fraglich, wie viel Nutzen die Mitglieder noch aus den

Treffen ziehen und ob alle weiterhin regelmäßig an den Treffen teilnehmen. Auch für interessierte „Neumitglieder“ ist die Integration in die Gruppe schwierig und häufig auch nicht mehr interessant, wenn sie feststellen, dass die Gruppe sich nicht mit den spielsuchtspezifischen Themen auseinandersetzt, die sie gerade bewegen. Um der Gefahr dieser „Stammtischentwicklung“ von Selbsthilfegruppen entgegen zu wirken, bzw. die Gruppe wieder ihrer ursprünglichen Zielsetzung näher zu bringen, können folgende Vorgehensweisen hilfreich sein.

- Regelmäßige Reflexion in der Gruppe über den aktuellen Stand der Gruppe (z.B. monatliche Reflexionsrunde mit der Fragestellung: Bringt mir die Gruppe noch das, was ich mir von meiner Teilnahme erhoffe, orientieren sich unsere Themen an unseren ursprünglichen Zielsetzungen?).
- Zeitliche Strukturierung bzw. Abgrenzung von Gruppenzeit und privater Zeit, z.B. im Anschluss.
- Sammeln von aktuellen Themen zu Beginn jedes Treffens (Rückfälle, aktueller Spieldruck, positive Erfahrungen/Erfolgserlebnisse im Umgang mit der Sucht).
- Strukturierung durch einen (wechselnden) Gesprächsmoderator, der die inhaltliche Gestaltung im Blick behält.

Grundsätzlich ist es natürlich wichtig, dass die Gruppenmitglieder auch etwas über das Privatleben der anderen und deren Einstellungen zu bestimmten Themen erfahren. Dadurch lernen sich die Teilnehmer besser kennen und es kann ein Gefühl von Vertrautheit und Sicherheit entstehen. Diese Themen sollten jedoch nicht den Schwerpunkt der Gespräche bilden.

Zum Abschluss dieses Kapitels haben wir auf der nachfolgenden Seite noch eine Selbsthilfe Checkliste zusammengestellt, anhand derer vor allem bei Gruppenneugründungen, aber auch bei Gruppen, die bereits seit längerem bestehen, auf relativ einfache Weise die „Funktionsfähigkeit“ der Gruppe unter die Lupe genommen werden kann. Die Checkliste kann von der Gruppenleitung oder auch von der Gruppe gemeinsam ausgefüllt und anschließend besprochen werden.

2.6 Checkliste – So funktioniert meine Selbsthilfegruppe

Die folgenden Fragen sollten für eine Bestandsaufnahme wahrheitsgemäß und möglichst spontan beantwortet werden.

Fragestellung	Ja	Nein
Aufbau/Organisation		
1. Gibt es eine klare Zielsetzung in meiner Selbsthilfegruppe?		
2. Finden regelmäßige Treffen statt?		
3. Sind die Räumlichkeiten angemessen?		
4. Gibt es Ansprechpartner für die Zeit zwischen den Gruppentreffen, die Terminabsagen entgegennehmen, Krisengespräche führen können, interessierte Neulinge informieren können?		
Umgang/Gesprächsinhalt		
5. Unterstützen sich die Gruppenmitglieder gegenseitig?		
6. Orientieren sich die Gesprächsthemen zumeist an der Zielsetzung der Gruppe?		
7. Haben alle Teilnehmer die Möglichkeit, sich zu beteiligen?		
8. Gibt es Gruppenregeln?		
9. Können Konflikte in der Gruppe offen angesprochen und ausgetragen werden?		
10. Werden die Gesprächsinhalte vertraulich behandelt und der Grundsatz der Verschwiegenheit eingehalten?		
11. Können neue Mitglieder gut in die Gruppe integriert werden?		
Kooperation/Kontakte		
12. Besteht eine Kooperation mit der Suchtberatung vor Ort?		
13. Besteht ein Kontakt mit anderen Selbsthilfegruppen?		
14. Besteht ein Kontakt mit Selbsthilfekontaktstellen?		
Öffentlichkeitsarbeit/neue Mitglieder gewinnen		
15. Gibt es Öffentlichkeitsarbeit für meine Selbsthilfegruppe?		
16. Gibt es Informationsmaterial über die Selbsthilfegruppe?		
17. Gibt es Maßnahmen zur Gewinnung neuer Gruppenmitglieder?		

Auswertung:

Je mehr Fragen Sie mit Ja beantworten konnten, desto günstiger sind die Bedingungen für eine gut funktionierende Selbsthilfegruppe.

Falls Sie mehr als 14 Fragen mit Ja beantwortet haben, scheint ihre Selbsthilfegruppe sehr gut zu funktionieren. Wenn Sie zwischen 9 und 14 Fragen mit Ja beantwortet haben, funktioniert ihre Gruppe gut, könnte aber noch verbessert werden. Wenn sie weniger als 9 Fragen mit Ja beantwortet haben, könnte ihre Selbsthilfegruppe in einigen Bereichen verbessert werden.

Für den Fall, dass Sie etwas in ihrer Gruppe ändern möchten, sollten Sie dies zuerst in ihrer Selbsthilfegruppe ansprechen. Unterstützung und Beratung beim Neuaufbau oder der Umstrukturierung von Gruppen sowie bei Fragen und der Vernetzung mit anderen Selbsthilfegruppen bieten wir als Fachstelle für Glücksspielsucht in Neuss an. Außerdem können auch Einrichtungen wie die Selbsthilfekontaktstellen, Gesundheitsämter und Beratungsstellen bei Fragen zum Thema Selbsthilfe angesprochen werden.

Kapitel 3: Basisinformationen zum Thema Glücksspielsucht

3.1 Abhängig vom Glücksspiel

Spieler träumen nicht selten vom großen Gewinn. Dem wird alles andere untergeordnet. Aber ein tatsächlich errungener Gewinn wird doch immer wieder verspielt. Der ständige Traum vom Siegen verstellt den Blick auf die Realität, in der das Verlieren längst die Überhand gewonnen hat. Äußerlich sind glücksspielabhängige Menschen kaum zu erkennen, da sie weder z.B. eine Alkoholfahne haben noch durch andere ungewöhnliche Verhaltensweisen auf den ersten Blick auffallen. Diese Tatsache ermöglicht es den Betroffenen, sich selbst und andere über die wahre Situation zu täuschen.

Die sich hilflos föhlenden Angehörigen haben da einen klareren Blick und können beschreiben, wie sich der Kontakt zu einem spielsüchtigen Menschen mit der Zeit zum Negativen verändert: Sie föhlen sich nicht mehr wahrgenommen, für den Süchtigen zählt nichts außer das Glücksspiel. Jeder Cent, jeder Euro wird zur Spielbank getragen, in den Automaten gesteckt, bei Sportwetten gesetzt, bei illegalen Glücksspielangeboten aller Art verspielt oder, oder ,oder...

3.2 Zahlen und Fakten

Mit Glücksspiel ist eine Menge Geld zu verdienen. Glücksspiele rechnen sich für den, der sie anbietet. Ihr Ausgang ist ganz oder überwiegend vom Zufall abhängig.

Glücksspiele stellen also ein ständig wachsendes und hart umkämpftes Marktsegment dar. Umsätze und Einnahmen der Glücksspielindustrie sind in den vergangenen Jahren explosionsartig in die Höhe gestiegen. So haben z.B. die steuerlichen Einnahmen aus dem Bereich der Glücksspielindustrie einschließlich des gewerblichen Automatenspiels längst die der Alkoholindustrie um 1,138 Mrd. € überschritten. Der Gesamtumsatz aus allen Glücksspielen betrug im Jahr 2007 27,151 Mrd. €. Die staatlichen Einnahmen aus Glücksspielen betragen 4,25 Mrd. €. zuzüglich 702 Mio. € aus Umsatz- und Vergnügungssteuer bei gewerblichem Geldspiel. Aus diesem Grund werden durch die Glücksspielindustrie immer neue Glücksspiele erfunden und an den Markt gebracht, aber auch alt bekannte Glücksspiele wiederbelebt und mit einem neuen Image an eine passende Zielgruppe vermarktet. Wie das funktioniert und mit welcher Geschwindigkeit sich eine Markteroberung vollzieht, kann jeder beim derzeitigen Pokerboom miterleben. Poker, früher ein eher antiquiert anmutendes Hinterzimmerkartenspiel, ist derzeit bei jungen Leuten mehr als angesagt. Das klassischste aller harten Glücksspiele kommt nun, dank cleverer Vermarktungsstrategie, als sportives Strategie- und Kompetenzspiel daher.

Eine Ausweitung des Angebotes von Glücksspielen bedeutet immer auch eine Steigerung der Anzahl der Menschen, die von diesen Glücksspielen abhängig werden und früher oder später aufgrund ihrer psychischen Abhängigkeit und den mit einer Glücksspielsucht einhergehenden negativen psychosozialen Folgen in den Suchteinrichtungen Hilfe suchen. Mehrere vorgelegte Studien zur nationalen und internationalen Forschungsliteratur bestätigen die These, dass sowohl die Teilhabe als auch die Häufigkeit des Spielens in Zusammenhang mit der Vielfältigkeit des vorzufindenden Angebotes an Glücksspielen stehen.⁷

Eine verlässliche Angaben über die Anzahl der pathologischen Glücksspieler und Glücksspielerinnen liegen in Deutschland nicht vor. Laut einer Expertise⁸ des Fachverbandes Glücksspielsucht kann in der BRD von 400.000 glücksspielabhängigen Menschen ausgegangen werden. Der überwiegende Teil der Betroffenen ist männlich, zwischen 25 und 45 Jahre alt und von den gewerblichen Spielautomaten abhängig, die nach derzeitiger Gesetzeslage gar nicht als Glücksspiele bewertet sind.

Eine Gefährdung zur Spielsucht liegt vor, wenn man:

- stark vom Glücksspiel eingenommen ist
- nur durch steigende Einsätze die gewünschte Erregung zu erreichen ist
- spürt, dass Nicht-spielen-können zu Unruhe und Gereiztheit führt
- einmal anfängt zu spielen, dann das Spiel nicht mehr stoppen kann
- erfolglose Kontroll- oder Abstinenzversuche unternimmt
- spielt, um Problemen oder negativer Stimmung zu entkommen
- Verluste sofort wieder ausgeglichen werden (Verlusten hinterher jagen)
- immer mehr Zeit und Geld für das Spiel aufwendet
- an die Magie der Zahlen glaubt: „Diese Zahlen werden es bringen“ (oft ist es die Hausnummer oder die Quersumme aus dem Geburtsdatum)
- sich Geld leiht, um weiterspielen zu können und man sich sicher ist, es aus Spielgewinnen zurückzahlen zu können
- schon der Familie heimlich Geld weggenommen hat
- das Spielen durch illegale Handlungen finanziert
- schon kilometerweit zu Fuß gelaufen ist, weil das Fahrtgeld verspielt war

⁷ Bremer Institut für Drogenforschung, Scottish Executive, Research on Social Impactsof Gambling, IFFB (Interdisziplinäre Suchtforschungsgruppe Berlin), Charite` - Universitätsmedizin Berlin

⁸ Zahlen der Expertise zur Bedarfsanalyse zu pathologischem Glücksspielverhalten in der BRD des Fachverbandes Glücksspielsucht, Herford 2005

- Familienmitglieder und andere belogen hat, um das Ausmaß des Spielens zu vertuschen
- Beziehungen oder den Arbeitsplatz wegen des Spielens gefährdet oder bereits verloren hat
- in Jetons zu rechnen beginnt.

Je mehr der aufgezählten Verhaltensweisen und Einstellungen mit "Ja" beantwortet werden, desto höher ist der Grad der Gefährdung. Bei mehr als 5 "Ja-Antworten" kann von einer Glücksspielabhängigkeit ausgegangen werden.

3.3 Entstehung und Verlauf

Im Folgenden ist beispielhaft eine mögliche Einstiegssituation in ein pathologisches Glücksspielverhalten beschrieben. Diese erhebt nicht den Anspruch auf Allgemeingültigkeit.

Der Reiz entsteht ganz häufig über eine spontane Gewinnerfahrung im Casino oder am Automaten etc. Auf den Punkt gebracht: Wer Pech hat, der gewinnt zu Beginn! Ein typischer Einstieg könnte etwa so verlaufen: Ein junger Mann spielt in seiner Stammkneipe oder in einer "Imbissbude" eher aus Langweile oder Neugierde und gewinnt, ganz entgegen seiner Erwartung, einen hohen Geldbetrag. Er freut sich. Es scheint sehr einfach zu sein. Nun spielt er öfter, wenn er dort ist. Was als positiv erlebt wurde, wird zu Beginn einfach nur wiederholt. Er kann sein Glücksspiel kontrollieren. Unser "Neueinsteiger" ins Glücksspiel gewinnt, aber manchmal verliert er auch. Gewinne erlebt er allerdings viel intensiver. Er verspürt ein Glücksgefühl. In seinem gefühlsmäßigen Erleben gleichen die Gewinne die Verluste aus. Er merkt zwar, dass er immer öfter sein Konto überzieht, um die Verluste auszugleichen. Er reagiert darauf aber nicht.

Nun könnte sich die Geschichte so weiter weiterentwickeln:

Genau zu dieser Zeit entstehen für unseren "Neueinsteiger" Probleme am Arbeitsplatz. Er erhält eine neue Aufgabe, der er sich nicht gewachsen fühlt oder die ihn nicht so interessiert. Erfolgserlebnisse am Arbeitsplatz hat er nun nicht mehr. Um seinen Ärger und seine Probleme zu vergessen, geht er nun immer häufiger spielen. Das Glücksspiel ist nun kein Freizeitspaß mehr, sondern hat die seelische Funktion für unseren "Neueinsteiger" geändert. Es ist nun unmerklich zu einer Art Krücke für die Gefühlsregulation seiner Probleme am Arbeitsplatz geworden. Er verstrickt sich immer mehr. Glücksspiele wirken auf Menschen wie stimmungsverändernde Drogen. Dieser Zusammenhang ist ihm aber zu diesem Zeitpunkt nicht bewusst.

Da die Verluste immer häufiger werden, versucht er nun, das verspielte Geld dem Automaten wieder abzujagen. Zu diesem Zweck hat er sich eine Strategie überlegt: Er spielt nun immer an mehreren Automaten gleichzeitig. "Einer der Automaten muss ja was ausspucken" denkt er, wenn er nur lange genug daran spielte. Aus Verlusten werden nun "Fast-Gewinne".

Wäre unser Glücksspieler ein Roulettespieler, würde er nur bestimmte Zahlenreihenfolgen setzen oder anhand der bereits ausgespielten Zahlen versuchen, die nächste Gewinnzahl zu errechnen, usw. Dies ist zwar unmöglich, aber der Glücksspieler kann seine Vorstellung vom großen Gewinn, der alle Verluste vergessen macht, nur über diese (fachlich ausgedrückt) Kontrollillusion aufrecht erhalten. Nur in diesem Zusammenhang, ist ein Spielsystem zu verstehen und hat aus Sicht des Glücksspielers auch Sinn. Strategien haben psychisch die Funktion, den Glücksspieler vor der, als unerträglich erlebten, Wahrheit zu schützen, dass er die Kontrolle über sein Glücksspielverhalten verloren hat.

Spätestens zu diesem Zeitpunkt hat unser Glücksspieler den Status des Neueinsteigers hinter sich gelassen. Er ist nun sehr auf das Glücksspiel fixiert und psychisch abhängig geworden. Probleme in der Familie, am Arbeitsplatz und Verschuldung wegen des Glücksspiels sind nun die Folge.

3.4 Das Krankheitsbild Pathologisches Glücksspiel

Ähnlich wie der Konsum psychotrop wirkender Substanzen ermöglicht die Teilnahme an Glücksspielen ein gezieltes Hervorrufen von Veränderungen bestimmter seelischer Zustände und Erlebnisswelten, die den Glücksspieler in rauschhafte Zustände versetzt und ihre Steuerungsfähigkeit deutlich herabsetzt. Wird dieses Verhalten weitergeführt, kann sich eine, in verschiedenen Krankheitsphasen verlaufende, massive psychische Abhängigkeit mit suchttypischer Eigendynamik entwickeln. Pathologisches Glücksspielverhalten ist ein eigenständiges Krankheitsbild innerhalb der psychischen Störungen, das in internationalen und nationalen Klassifikationssystemen (DSM IV, ICD 10) beschrieben ist. Gesundheitspolitisch wurde 2001 mit der Vereinbarung der Rentenversicherungsträger zur ambulanten und stationären medizinisch Rehabilitation auf diese Erkenntnis reagiert und eine jahrelang klaffende Versorgungslücke geschlossen.

Glücksspiele weisen unterschiedliche Gefährdungspotentiale auf. Ergebnisse aus der Suchtforschung (Meyer/ Hayer 2003, Stöver 2006) bestätigen, dass vor allem Glücksspielarten mit einer hohen Ereignisfrequenz und einer kurzen Zeitspanne zwischen

Geldeinsatz und der Auszahlung eines möglichen Gewinns ein hohes Gefährdungspotential aufweisen. Dies trifft auf die klassischen Casinospiele, auf Sportwetten, vor allem aber auf die Spielautomaten des gewerblichen Geldspiels zu, von denen nach wie vor über 80 % der von einer Glücksspielsucht betroffenen Menschen abhängig sind. Etwa 60 % der SpielerInnen, die eine Therapie –sei dies stationär oder ambulant- beenden, sind auch ein Jahr nach ihrer Beendigung weiter abstinent. Dazu gehört aber die weitere Auseinandersetzung mit dem Leben ohne das Spielen. Gerade nach einer stationären Therapie tauchen Situationen auf, die mit neu erlernten Verhaltensweisen ohne das Spielen bewältigt werden müssen. Dafür ist die Unterstützung in den Beratungsstellen und Selbsthilfegruppen sehr wichtig und hilfreich.

3.5 Hilfsmöglichkeiten

Viele Spieler versuchen über einen langen Zeitraum, allein vom Spielen wegzukommen. Dieses führt jedoch nicht selten wieder zu Rückfällen und damit verbundenen Entmutigungen des Spielers. Irgendwann kommt der Zeitpunkt, an dem er sich Hilfe holt. Das Hilfsangebot für Spielsüchtige und Angehörige hat sich in den letzten Jahren deutlich verbessert. Informationen darüber, wo eine Selbsthilfegruppe oder Beratungsstelle für Glücksspieler vor Ort zu finden ist, gibt es von der Infoline Glücksspielsucht NRW, die Werktags von 10:00 Uhr bis 18:00 Uhr unter der Tel.-Nr.: 01801 – 776611 zu erreichen ist. Dort können sie eine erste Beratung bekommen. In den Beratungsstellen erhalten sie zur Klärung ihrer Situation Gespräche, die in Einzel- und Gruppenkontakten erfolgen können. Weitere Hilfen bieten stationäre Therapien in Kliniken, deren Vermittlung die Beratungsstelle übernimmt.

Auch der Austausch über Internetforen kann eine hilfreiche Unterstützung sein.

Anhang:

Links von Selbsthilfe, Verbände, Initiativen

www.anonyme-spieler.org

Anonyme Spieler Deutschland

www.gamanon.de

Angehörige und Familien der Anonymen Spieler

www.spielfrei-leben.de

Verein für Spielsüchtige und deren Angehörige, Hannover

www.nakos.de

Nationale Kontakt- und Informationsstelle zur Anregung und Unterstützung von Selbsthilfegruppen

www.mags.nrw.de

Arbeitsausschuss Suchtselbsthilfe

Wichtige Adressen und Links in NRW

Landesfachstelle Glücksspielsucht in NRW,

www.landesfachstelle-gluecksspielsucht-nrw.de

Auf der Freiheit 25

32052 Herford

Tel.: 05221 / 5998-50

Fax: 05221 / 5998-75

Überregionalen Schwerpunktberatungsstellen NRW

Fachstelle Glücksspielsucht, Caritas Sozialdienste

www.spielsucht.net oder Mail an: info@spielsucht.net

Rheydter Str. 174-176, 41464 Neuss

Tel.: 02131/ 889-170

Fax: 02324 / 889-182

Arbeitskreis gegen Spielsucht e. V.

www.ak-spielsucht.de oder Mail an: info@ak-spielsucht.de

Südring 31,

59423 Unna

Tel.: 02303 / 89669

Fax: 02303 / 89670

Beratungsstelle für Glücksspielsüchtige

Diakonisches Werk Herford, Auf der Freiheit 25, 32052 Herford
Tel.: 05221 /5998-50
Fax: 05221 / 5998-75

Fachausschuss Suchtselbsthilfe NRW

Freiligrathstr. 27 42289 Wuppertal. Telefon.: 0202 - 62 00 374.
E-mail Adresse: . geschaeftsstelle@fas-nrw.de.

Ministerium für Arbeit, Gesundheit und Soziales

www.ginko-ev.de

Landeskoordinierungsstelle Suchtvorbeugung NRW

www.lk-integration.de

Landesstelle Integration, NRW

www.kvno.de/mitglieder/selbhilf/aufgaben.html

Koordinationsstelle der kassenärztlichen Vereinigung

Weiter wichtige Links in der BRD

www.gluecksspielsucht.de

Fachverband Glücksspielsucht e.V. (fags)

Beratungsstelle für Glücksspielabhängige Diakonisches Werk

www.bmggesundheit.de

Bundesministerium für Gesundheit

www.bzga.de

Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung

www.dhs.de

Deutsche Hauptstelle für Suchtfragen e.V. (DHS)

Europäische Internetadressen in deutscher Sprache

www.glueck-im-unglueck.ch

Berner Gesundheit, Bern

www.careplay.ch

Fachstelle für Spielsuchtprävention, Luzern

www.esbk.ch

Eidgenössische Spielbankenkommission, Bern

www.as-wien.com

Therapiezentrum für Glücksspielabhängige und Angehörige, Wien

www.anonyme-spieler-salzburg.org

Anonyme Spieler, Salzburg

Foren im Internet:

www.spielsucht.net

von der Schwerpunktberatungsstelle Glücksspielsucht bei der Caritas Neuss

www.forum-gluecksspielsucht.de

von der Schwerpunktberatungsstelle Glücksspielsucht beim Diakonischen Werk in Herford betreutes Forum

www.die-spielsucht.de

private HP einer (Ex) Glücksspielerin

www.spielsucht-gruppe.de

private HP eines (Ex) Glücksspielers

www.spielsuchthilfe.de

private Homepage von (Ex) Glücksspielerinnen und –spielern

www.spielsucht-therapie.de

vom Fachkrankenhaus Nordfriesland betreutes Forum

Literatur und Medien zum Thema

Eine umfassende und aktuelle Übersicht über Fachliteratur; Romane sowie Filme, die sich mit dem Thema Glücksspielsucht auseinandersetzen, sind auf der Homepage des Fachverbandes Glücksspielsucht **www.gluecksspielsucht.de** zu finden. Aus diesem Grund ist hier nur eine Auswahl ausgeführt.

Außerdem können die jährlichen Tagungsberichte der Spielervernetzungsstellen NRW auf der Homepage der Fachstelle Glücksspielsucht eingesehen werden unter:

http://caritas.erzbistum-koeln.de/neuss_cv/sucht_hilfe/gluecksspiel/Materialien/Tagungsberichte.html

Broschüren und Berichte:

„Game Over“ - Ratgeber für Glücksspieler und ihre Angehörige –
Ilona Füchtenschnieder, Jörg Petry, Lambertus 2004, ISBN 3-7841-1185-8,

„Wenn das Glücksspiel zum Problem wird...“, - Beratungsstelle –Therapiezentrum „AS“
für Glücksspielabhängige und Angehörige- Dr. Izabela Horodecki, Wien 2002

„Spielerselbsthilfegruppen in Nordrheinwestfalen. Bericht zur Befragung der
Spielerselbsthilfe in NRW, Juni – Oktober 2006“. Fachstelle Glücksspielsucht,
CaritasSozialdienste Rhein-Kreis Neuss, 2007

Literatur zum Thema:

Petry, Jörg "Psychotherapie der Glücksspielsucht"

Meyer, G., Bachmann M., "Spielsucht", Springer-Verlag 2000

Lask, K.: „Der Kuss der Selene“. Frauen von Alkoholabhängigen machen Mut. Blaukreuz, Wuppertal, 1989

Fröhling, U.: „Droge Glücksspiel“. Betroffene erzählen von einer heimlichen Sucht“. Fischer Verlag, Frankfurt am Main, 1993

Romane:

Zweig, S. "Vierundzwanzig Stunden aus dem Leben einer Frau", 1982 (Orig. 1927) Frankfurt/Main

Dostojewski, F. "Der Spieler",

Puszkina, A., "Pique Dame"

**Ansprechpartner der nordrhein-westfälischen
Krankenkassen(verbände) zu Fragen der Förderung der
Landesorganisationen /-verbände der Selbsthilfe**

Fachausschuss Suchtselbsthilfe NRW

Freiligrathstr. 27 42289 Wuppertal. Telefon.: 0202 - 62 00 374.

E-mail Adresse.: geschaeftsstelle@fas-nrw.de.

-Stand November 2006-

Institution/ Anschrift	Name	Telefon	E-Mail-Adresse
AOK Rheinland Kasernenstr. 61 40213 Düsseldorf	Gabriele Schippers	0211/8791-1290	gabriele.schippers@rla.aok.de
AOK Westfalen-Lippe Nortkirchenstr. 103-105 44263 Dortmund	Martina Pötter	0231/4193-326	martina.poetter@wl.aok.de
BKK-Landesverband Nordrhein-Westfalen Kronprinzenstr. 6 45128 Essen	Heiko Ulbrich Klaus Zunker	0201/179-1649 0201/179-1520	h.ulbrich@bkk-nrw.de k.zunker@bkk-nrw.de
Knappschaft Dez. I.5.2 Königsallee 175 44799 Bochum	Claus Bockermann	0234/304-15201	claus.bockermann@kbs.de
IKK Nordrhein Kölner Str.1-5 51429 Bergisch-Gladbach	Georg Hensel	02204/912-481	georg.hensel@ikk-nordrhein.de
Vereinigte IKK Albrecht-Thaer-Str. 36-38 <u>48147 Münster</u>	Mechtild Evers	0251/2853-6901	mechtild.evers@vereinigte-ikk.de
Landwirtschaftliche Krankenkasse Nordrhein- Westfalen (LKK NRW) Hoher Heckerweg 76-80 48147 Münster	Stephanie Saabe Claudia Voß	0251/2320-427 0251/2320-469	Stephanie.saabe@nrw-lsv.de claudia.voss@nrw-lsv.de

Institution/ Anschrift	Name	Telefon	E-Mail-Adresse
<p>Für TK, KKH, HaMü, HEK, GEK, HZK, BRÜHLER Ersatzkasse:</p> <p>Selbsthilfe – Förderungsgemeinschaft der Ersatzkassen in Nordrhein- Westfalen c/o VdAK/AEV- Landesvertretung Nordrhein-Westfalen Graf-Adolf-Str. 67-69 40210 Düsseldorf</p>	Ulrich Mohr	0211 / 38410-15	ulrich.mohr@vdak-aev.de
<p>Barmer Ersatzkasse Krankenkasse Landesgeschäftsstelle Westfalen Engelstr. 65 48143 Münster</p>	Herrn Schulte	018500800000	
<p>Barmer Ersatzkasse Landesgeschäftsstelle Nordrhein Postfach 10 14 45 40005 Düsseldorf Am Wehrhahn 33 40211 Düsseldorf</p>	Karsten Menn	018500670000	
<p>Deutsche Angestellten- Krankenkasse Graf-Adolf-Straße 89 40210 Düsseldorf</p>	Herrn Prähler	0211 / 38 86-0	

Impressum

MitarbeiterInnen des Projekts:

Verena Verhoeven
Diplom-Sozialarbeiterin, Leiterin Fachstelle Glücksspielsucht Neuss

Michael Weege
Diplom-Sozialwissenschaftler, Fachstelle Glücksspielsucht Neuss

Katharina Schmitz
Diplom-Sozialarbeiterin, Honorarkraft

Herausgeber:

Fachstelle Glücksspielsucht
Caritas Sozialdienste Rhein-Kreis Neuss GmbH
Rheydter Straße 176
41464 Neuss
Tel.: 02131 889-170
Fax: 02131 889- 182
E-Mail: info@spielsucht.net
www.spielsucht.net

