



Müssen Angehörige wirklich alles wissen?

Glückspielabhängigkeit aus Sicht von Betroffenen und Angehörigen

DIPL. PSYCH. N. TAHMASSEBI  
PSYCH. PSYCHOTHERAPEUTIN & LEITENDE PSYCHOLOGIN DER SALUS KLINIKEN BAD NAUHEIM  
N.TAHMASSEBI@SALUS-BAD-NAUHEIM.DE

# Die salus kliniken



Castrop-Rauxel



Hürth I+II+III



Bad Nauheim



Lindow



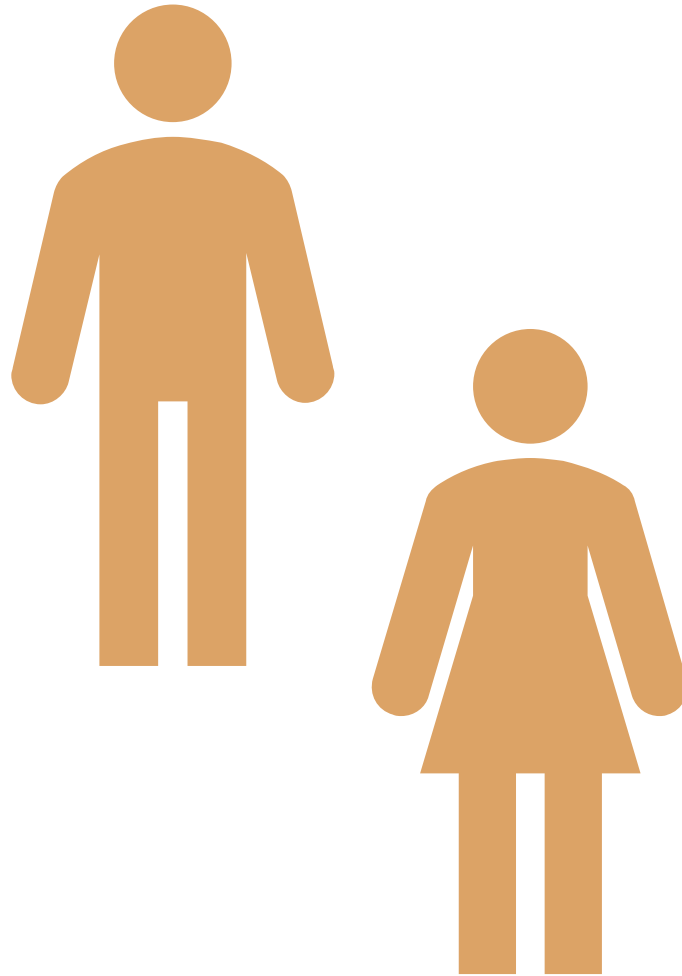
Friedberg

# Wir und die Glücksspielsucht



# Der Betroffene und die Glückspielabhängigkeit

freundlich  
gewissenhaft  
fürsorglich  
fleißig  
klug  
kreativ  
bodenständig  
großzügig



unehrlich  
betrügerisch  
nachtragend  
manipulativ  
unzuverlässig  
un-empathisch  
verschwenderisch



# Scham

- Das Selbstbild/das Idealbild/die Ehre der eigenen Person wird durch das Schamerleben verletzt.
- Im Gefühl der Scham wird der Ausschluss der eigenen Person aus der Gemeinschaft antizipiert.
- Die Person, die Scham erlebt, sieht sich aus den Augen der anderen Gruppe/Einzelperson und erwartet eine Zurückweisung/ Abwertung/ Verletzung oder Verachtung.



# Das Schamnetzwerk

Bei Menschen mit Glückspielabhängigkeit gibt es bereits frühes Schamerleben in der Kindheit und Jugend. „**Das Gefühl falsch zu sein**“ beeinträchtigt die Entwicklung der Emotionsregulation und des Selbstwertes.

Das Bedrohungsnetzwerk wird aktiviert, oftmals fehlen zu dieser Zeit in der Biographie passende Beruhigungsstrategien.



# Scham bei Glücksspielabhängigkeitserkrankten

- Scham ist ein auslösender Faktor für das Glücksspielverhalten.
- Das Glücksspielverhalten stellt zu Beginn oftmals eine Copingstrategie für negativ erlebte Emotionen dar, die als Schwäche/Verletzlichkeit erlebt werden.
- Das Verstecken der Verletzlichkeit hält die Scham aufrecht.

# Die Glücksspielsucht und die Angehörigen

AUS SICHT DER BETROFFENEN

- Starke Scham und Rückzug wegen dem vergangenen Verhalten
- Verminderte Emotionskompetenz im Umgang mit negativen Gefühlen
- Konfliktvermeidung
- Schwierigkeiten negative Gefühle angemessen und offen zu kommunizieren
- Häufig unsicher/vermeidend oder unsicher/ambivalentes Bindungsverhalten



# Scham und Schuld bei Glückspielabhängigkeit

Zu Beginn des Glücksspiels

Indirekte **Scham**, die auslösenden Gefühle wie Angst, Hilflosigkeit, Überforderung zu zeigen oder sich Unterstützung zu holen

Während der Glücksspielabhängigkeit

**Scham**, das Abhängigkeitsverhalten offen zu legen (Lügen)  
Fehlverhalten, um das Abhängigkeitsverhalten aufrecht zu erhalten (**Schuld**)  
Delinquentes Verhalten, um das Abhängigkeitsverhalten aufrechtzuerhalten (**Schuld**)

In der Glücksspielabstinenzphase

**Schuld und Scham** bezüglich der negativen Konsequenzen des Abhängigkeitsverhaltens  
**Scham** über erneut rückfälliges Verhalten

# Aussagen von Betroffenen

Das Schlimmste am Rückfall ist die Scham danach. Du wachst am Morgen auf und realisierst, was du letzte Nacht gemacht hast.

Ich konnte mich Selbst nicht mehr im Spiegel betrachten. Ich wollte nur noch im Erdboden versinken.

Die Abhängigkeit hat mich verändert, ich habe betrogen und gelogen, heute schäme ich mich dafür.

**Abwarter:**

Du bist nicht richtig!  
Du gehörst nicht dazu!  
Du Versager!  
Du hast alles falsch  
gemacht!  
Hättest Du doch aufgehört  
zu spielen  
Warum hast Du immer  
weiter gemacht.



Ich habe etwas falsches  
gemacht



unangemessene Schuld vs.  
angemessene Schuld

- Finanzielle Schwierigkeiten und Konflikte und Existenzängste
- Emotionale Unsicherheit
- Emotionale Verletzung durch das Lügen und die Geheimnisse
- Scham
- Sozialer Rückzug
- Stigmatisierung
- Familiäre Gewalt
- Angespante Atmosphäre und familiäre Konflikte
- Psychische Erkrankungen bei den Angehörigen

## Das Wichtigste in Kürze

Hier finden Sie einige Tipps. Wenn Sie mehr darüber wissen möchten, lesen Sie die zusätzlichen Informationen in den angegebenen Kapiteln.

### Die fünf besten Tipps für Angehörige

#### 1. Sie sind nicht schuld!

Sie können helfen, aber nicht retten. Die glücksspielsüchtige Person ist allein für ihr Verhalten verantwortlich.

#### 2. Schützen Sie sich!

Glücksspielsucht hat schwere Folgen. Sichern Sie Ihr Geld und Ihre Wertsachen.

#### 3. Sorgen Sie für sich!

Lassen Sie nicht zu, dass sich Ihr Leben nur noch um das Glücksspiel dreht. Tun Sie sich etwas Gutes!

#### 4. Reden Sie miteinander!

Sprechen Sie über Ihre Sorgen. Beschreiben Sie der glücksspielsüchtigen Person, was Sie erleben und welche Sorgen Sie sich machen.

#### 5. Holen Sie sich Hilfe!

Manches schafft man nicht allein. Holen Sie sich Hilfe. Es gibt viele Stellen, die Ihnen gern helfen! (Seite 14)

Broschüre: Hilfe für Angehörige, Landesfachstelle Glücksspielsucht NRW, S. 38

# Die Glücksspielsucht und die Angehörigen

AUS SICHT DER KINDER

- Atmosphäre von Angst und Unsicherheit
- Ambivalenzkonflikte zu den Eltern
- Körperliche und emotionale Vernachlässigung
- Kontaktabbruch zu dem Glücksspielbetroffenen Elternteil-  
Trennung- Scheidung
- Verantwortlichkeit das Fehlverhalten auszugleichen und zu kompensieren
- Schwierigkeiten in dem Erlernen von emotionalen Kompetenzen, weil



## GAMBLERKID

WE ARE HERE TO HELP

Eine Initiative der

Bayerischen Akademie für Sucht- und Gesundheitsfragen

für die Landesstelle Glücksspielsucht in Bayern

Chat der Landesstelle für Glücksspielsucht  
für Kinder und Jugendlichen, um mit  
Fachkräften zu kommunizieren

# Die Glücksspielsucht und die Angehörigen

Aus Sicht der Eltern, Geschwister oder anderen Angehörigen

- Finanzielle Schwierigkeiten und finanzielle Verantwortungsübernahme
- Emotionale Verletzung durch das Lügen und die Geheimnisse
- Scham
- Sozialer Rückzug
- Kontrolle über die Finanzen
- Kontrolle über das Verhalten des Glückspielbetroffenen

Wer verwaltet das Geld?

Wer prüft die Finanzen?

Was passiert bei einem Rückfall?



# Hilfen für Angehörige

Selbsthilfegruppen und Foren

Informationsprogramme

Beratungsangebote

Gruppenprogramme (Etape- Entlastungstraining für Angehörige pathologische und problematischer glücksspieler-psychoedukativ)

Psychotherapie

Hausärzte

- Informations-Beratungsangebote:
  - Verspiel nicht mein Leben
  - Check dein Spiel
  - Spieler:innensperrsystem Oasis
  - GamblerKid
  - NACOA Deutschland
  - Glücksspielsucht-Erste Hilfe für Angehörige
  - Klidkit
-

# Hilfen für Angehörige von der BAS

## Unsere Lernplattform

Das **Online-Programm EfA** ist **kostenfrei und anonym**. Idealerweise sollten Sie pro Woche ein Modul bearbeiten. So haben Sie genügend Zeit zwischen zwei Modulen, um das Gelernte in Ihrem Alltag auszuprobieren. Gleichzeitig ist der Abstand kurz genug, um alle vorherigen Module noch gut in Erinnerung zu haben.

Sie finden das Online-Programm EfA und andere E-Learning-Kursangebote auf unserer *Lernmanagementplattform* der BAS.

Sie benötigen nur einen kostenlosen Account, um alle Module absolvieren zu können. Für die Registrierung benötigen Sie lediglich eine funktionierende E-Mail-Adresse.

Wenn Sie sich noch unsicher sind, können Sie das erste Modul als Testmodul ohne Registrierung starten. Probieren Sie es aus!

GLEICH MIT DEM ERSTEN MODUL ANFANGEN




6  
**MODULE**  
Von Stress, über Verantwortung bis hin zu Kommunikation

13  
**ÜBUNGEN**  
Um gelernte Inhalte zu reflektieren und zu vertiefen

100+  
**SEITEN**  
An spannenden Informationen und Einblicken

**Audio**  
**DATEIEN**  
Damit können Sie sich die Inhalte ganz bequem vorlesen lassen

# Hilfen für Angehörige von der BAS



13 Videos

45+ Minuten

3 Vortragende

## Online-Tutorial LOSgelöst

Hier finden Angehörige von Personen mit Glücksspielproblemen Hilfe. Im Einführungsvideo auf der Kursseite erfahren Sie mehr über die Online-Hilfe LOSgelöst.

Auf unserer Lernplattform finden Sie Hilfe-Videos für Angehörige von Menschen mit Glücksspielproblemen. Sie können frei wählen, welche Videos Sie sich ansehen möchten. Es gibt insgesamt 13 Video-Reihen, welche jeweils ca. 1-4 Minuten lang sind. So können Sie sich die Informationen so portionieren, wie Sie es brauchen.

ZUR VORSCHAU



## Hilfe Videos für Angehörige von der Landesstelle für Glücksspielsucht in Bayern

**Willkommen auf unserer Lernplattform**

der Bayerischen Akademie für Sucht- und Gesundheitsfragen

Stöbern Sie durch unsere Kurse

# Hilfen für Angehörige vom IFT

## Wenn das Umfeld mitleidet

Rechnungen, die nicht mehr bezahlt werden, Gereiztheit, sozialer Rückzug, Streitereien: Hat eine Ihnen nahestehende Person die Kontrolle über das Glücksspiel verloren, ist meistens auch das Umfeld betroffen. Häufig verspüren Angehörige auch Wut und Scham – und versuchen das Glücksspielverhalten des nahestehenden Menschen zu verheimlichen. Doch das kostet viel Kraft.

## Wie erkenne ich problematisches oder krankhaftes Glücksspielen bei meinem Angehörigen?

Der Übergang vom harmlosen Spielverhalten hin zu einem problematischen oder krankhaften Glücksspiel verläuft allmählich und zunächst ohne äußerliche Veränderungen. Folgende Anzeichen können Hinweise darauf sein, dass Ihr\*e Angehörige\*r Probleme mit Glücksspielen hat:

- Vernachlässigung der Arbeit, der Familie oder des sozialen Umfeldes ohne nachvollziehbaren Grund
- Wiederholtes Leihen von Geld ohne bzw. mit verspäteter Rückzahlung

Vertraulich und kostenfrei

Telefonberatung

089 36 08 04 93

- ✓ **Wir sind für Sie da:** Für Sie entstehen keinerlei Kosten. Und wir beraten vertraulich. Ihren Namen müssen Sie uns nicht verraten.
- ✓ **Montag bis Freitag 10–16 Uhr:** Sie melden sich bei uns telefonisch, und innerhalb eines Werktages erhalten Sie ein Beratungsgespräch.
- ✓ **Außerhalb der Zeit:** Hinterlassen Sie eine Nachricht auf den Anrufbeantworter, wir rufen Sie am nächsten Werktag zurück.
- ✓ **Schriftliche Anfragen:** Schicken Sie uns eine E-Mail an [gluecksspielhilfe@ift.de](mailto:gluecksspielhilfe@ift.de). Wir melden uns innerhalb eines Werktages.

GlücksKIT – Kurzintervention für Angehörige von Menschen mit Glücksspielproblemen

Manual



Eine Initiative der Bayerischen Akademie für Sucht- und Gesundheitsfragen BAS

für die Landesstelle Glücksspielsucht in Bayern

Version: 12.12.2023

GlücksKIT: Manual zur Behandlung von Angehörigen für Beratungsstellen

- Kredite übernehmen
- Sparkonten oder Guthaben auflösen, um die Glücksspielschulden auszugleichen
- Die Verantwortung für die Glücksspielabhängigkeit und die Folgen übernehmen

### Das Programm

1. Übersicht

Die eigene Lebensqualität wieder stärken oder der spielenden Person helfen? Im Programm *Time Out* unterstützt Sie ein professionelles Beratungsteam individuell dabei, Entlastung als Angehörige/r einer spielenden Person zu erhalten und passende Strategien für den Umgang mit problematischem Glücksspielverhalten zu entwickeln.

Die Teilnahme an dem Beratungsprogramm ist kostenlos und anonym. Das Programm hat eine Dauer von vier Wochen. In Absprache mit Ihrer Beraterin oder Ihrem Berater ist auch eine Verlängerung um drei Wochen möglich.

Das Screenshot zeigt eine mobile App mit dem Titel 'Mein Time Out' und den Schritten: 1. Check der Voraussetzung, 2. Details zum Programm, 3. Persönliche Angaben, 4. Tagebuch, 5. Übungen, 6. Abschluss, 7. Nachbefragung.

Check dein Spiel: 4-wöchiges  
Beratungsprogramm für Angehörige  
vom Bundesinstitut für öffentliche  
Gesundheit

# Wir und die Glücksspielsucht

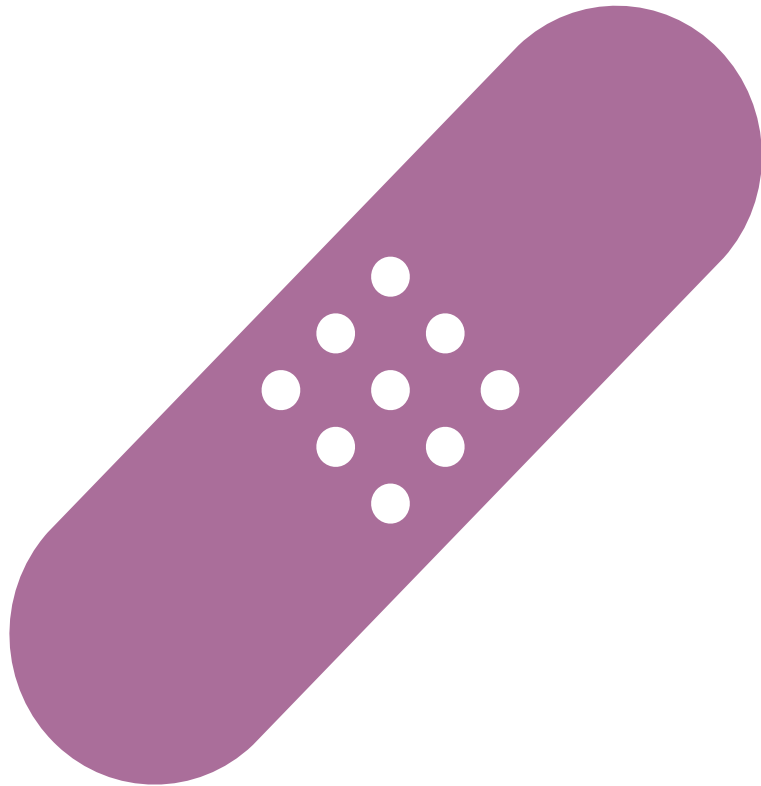


ICH  
WIR  
Glückspielerkrankung

Um sich aus der Scham zu befreien, ist es notwendig den Teufelskreis des vermeintlichen oder tatsächlichen Versagens zu akzeptieren und verständnisvoll und mitfühlend mit diesem Anteil umzugehen und sich Selbst das Versagen zu verzeihen.

Der Teufelskreis der Scham besteht aus verstecken, verheimlichen und leugnen.

Wie gehen Sie mit sich bei einer emotionalen Verletzung um?  
Wie teilen Sie die emotionale Verletzung/Kränkung?



- Wie versorgen Sie ihre emotionale Wunde?
- Wie sieht ihr Trostpflaster aus?
- Welche Form von Zuspruch geben sie sich selbst?

# Wie bin ich in Beziehungen?

- Welche Verhaltensweisen in Beziehungen **schätze ich** bei anderen?
- Welche Verhaltensweisen in Beziehungen **schätzen andere** bei mir?
- Welche Verhaltensweisen in Beziehungen **schätze ich selbst** bei mir?
  
- Welche Verhaltensweisen in Beziehungen **kritisiere ich** bei anderen?
- Welche Verhaltensweisen in Beziehungen **kritisieren andere** bei mir?
  
- Welche Verhaltensweisen in Beziehungen **möchte ich aufbauen** oder weiterentwickeln?

Zitiert aus: Premper und Sobottka: Pathologisches Glücksspiel, Beltz Verlag 2015, S. 244

Wie ist die Kommunikation zwischen Angehörigen und  
glückspielabhängigkeitserkrankten Menschen

Ich wünsche mir...

Mich verbindet zu Dir..

10 Minuten Sprechen und Ausreden/Zuhören im  
Wechsel

Schädliche Kommunikationsstile:

Kritik- Schuldzuweisungen

Verachtung-entwertende,  
sarkastische und zynische  
Äußerungen

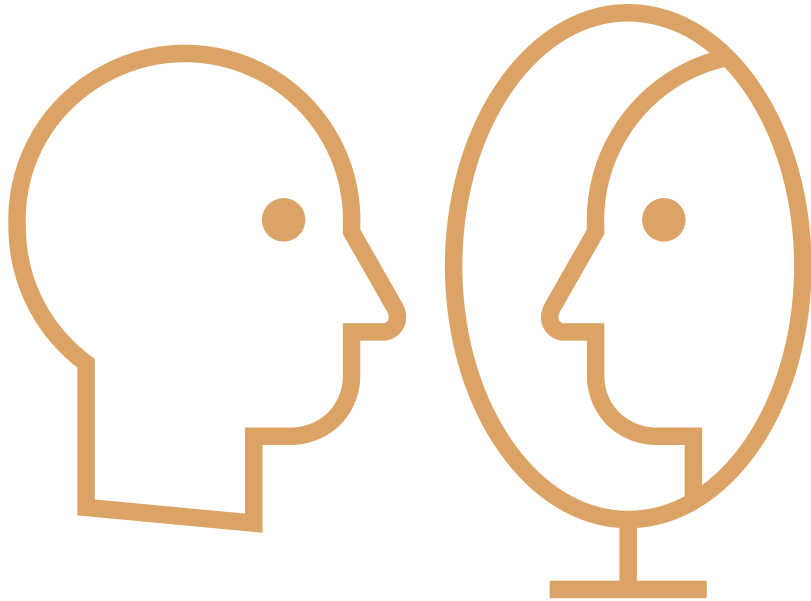
Rechtfertigungen-beharren auf dem  
eigenen Standpunkt

Mauern- emotionales Verstummen,  
sich zurückziehen, verschweigen

---

- Wie geht der Glücksspieler mit sich Selbst um bei einem Rückfall?
  - Wie geht der Glücksspieler mit seinen Angehörigen um?
-

# Idealbild/ Realbild/ Schambild



- Wie möchte der Glücksspielabhängigkeitserkrankte sein?
- Wie war sein Verhalten unter der Abhängigkeit tatsächlich? Was möchte er/sie sich selbst verzeihen?
- Wie möchte der Glücksspielabhängigkeitserkrankte in der Beziehung sein?

- Welche Handlungen zur „Reparatur“ werden angewendet?
- Wie wird die Wiedergutmachung durchgeführt?
- Wann ist die Schuld abbezahlt?

Der Betroffene muss die angemessene Schuld und die Scham anerkennen - bei Sich Selbst und seinen Angehörigen

- Begegnen Sie ihrer Scham (ihrer Schuld oder ihrem Schmerz) so, wie wenn Sie bei einem kranken Freund sitzen.
- Bereitschaft bedeutet, dass Sie ihre Schuld/ Scham so betrachten, wie ein faszinierendes Gemälde
- Bereitschaft bedeutet, den Kampf gegen seine schmerzhaften Gefühle (Schuld, Scham) einzustellen wie ein Soldat, der seine Waffe niederlegt.

Die Schuld und die Scham wie einen Schmerz annehmen. Metaphern von Steven Hayes und Spencer Smith (2005), die das unterstützen können:

- Beugen Sie sich über ihre Scham (Schmerz oder Schuld) wie über ein Kind, das Sie sanft streicheln möchten.
- Begegnen Sie ihrer Scham (Schuld/Schmerz) wie einem weinenden Kind, das Sie umarmen.

Vielen Dank für Ihre  
Aufmerksamkeit!

---