

pathologischer Internetgebrauch/ Glücksspiel *online–und offline-Hilfen*

Suchtfachtag

im Sozialwerk Malchin-Teterow
02.05.2018

Dipl.-Psych. Robert Schöneck
Leitender Psychologe
(Psychologischer Psychotherapeut (Verhaltenstherapie))
schoeneck@salus-lindow.de
033933 / 88 572

„Spielsucht“



pathologisches Spielen

**Automaten
(Kleines Spiele)**



Großes Spiel



Sportwetten



**Lotto/
Oddset**



Pathologisches Spielen

andauerndes, wiederkehrendes, gesteigertes Glücksspielverhalten (Geldeinsatz mit Gewinnchance)

negative persönliche und soziale Konsequenzen

Betroffene können nicht mehr „von allein“ aufhören (trotz wissen um neg. Folgen)

Unterscheidung im **englischen Sprachgebrauch** eindeutiger:

- **play**
- **gamble**

„Spielsucht“

**„pathologisches
Glücksspiel“**



Hilfe bei Spielsucht: On-Offline Begriffsklärung



Hilfe bei Spielsucht: On-Offline

Begriffsklärung



Hilfe bei Spielsucht: On-Offline

Begriffsklärung



Hilfe bei Spielsucht: On-Offline Begriffsklärung



Hilfe bei Spielsucht: On-Offline

Begriffsklärung

Ist das “normal”?



Wo fängt eine “Störung” an?



Lee Seung Seop (28 Jahre)

**starb an einem Herzinfarkt nach 50
Stunden „StarCraft“**



Ab Mitte 2018 **ICD 11**

„**Gaming Disorder**“ Kategorie „Störung auf Basis suchtartigen Verhaltens“

- Muster anhaltenden und wiederkehrenden Spielverhaltens (Gaming)
- beeinträchtigte Kontrolle von Häufigkeit, Intensität oder Drang
- Fortsetzung trotz negativer Folgen
- erhebliche Beeinträchtigung in persönlichen, familiären, sozialen, erzieherischen, beruflichen oder anderen wichtigen Funktionsbereichen

- Mindestens in einem Zeitraum von 12 Monaten

pathologischer PC-/Internet-Gebrauch

Online/Offline
Spiele



Soziale
Netzwerke



Chatten

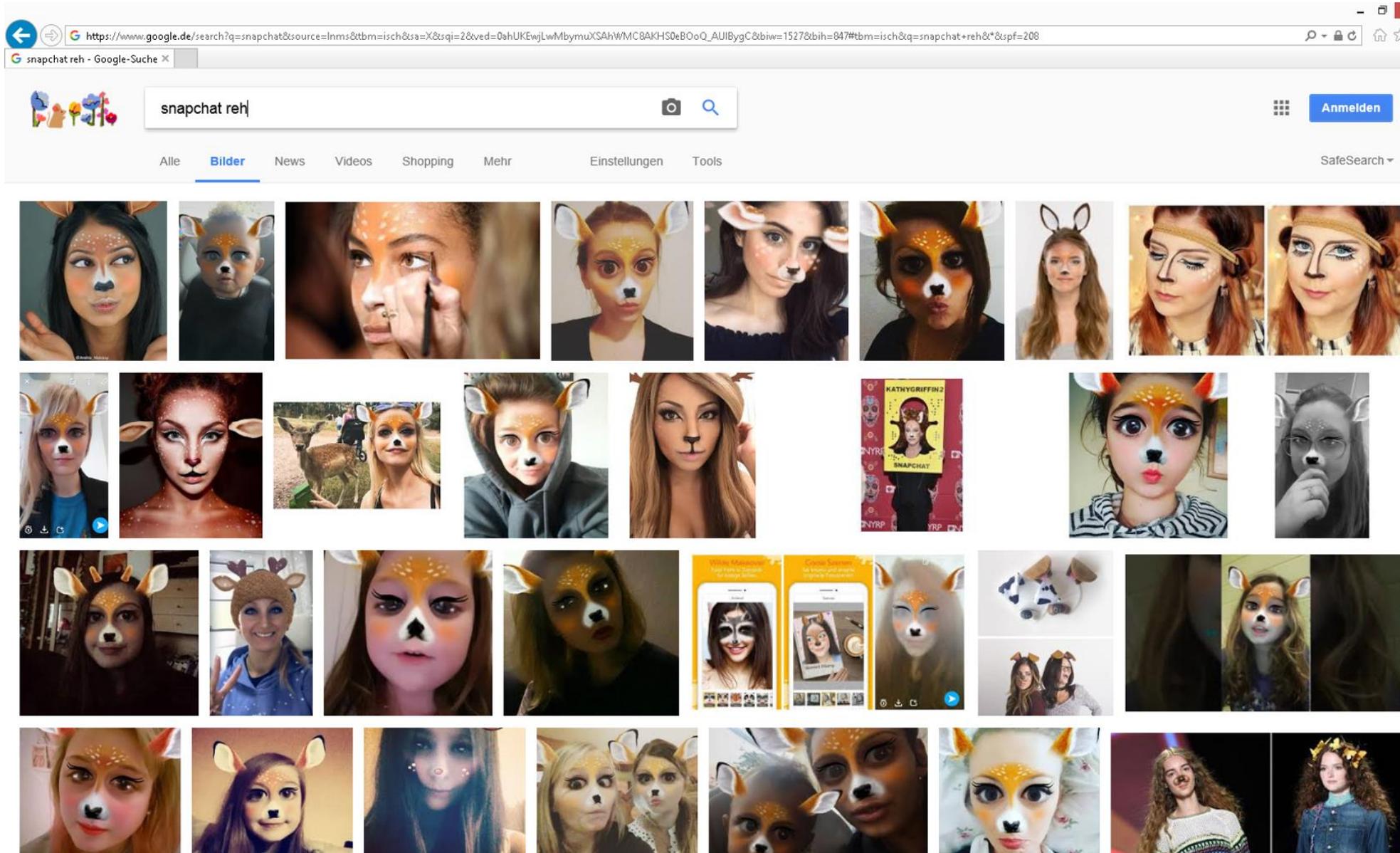


Cybersex



Hilfe bei Spielsucht: On-Offline

Begriffsklärung



Hilfe bei Spielsucht: On-Offline Begriffsklärung

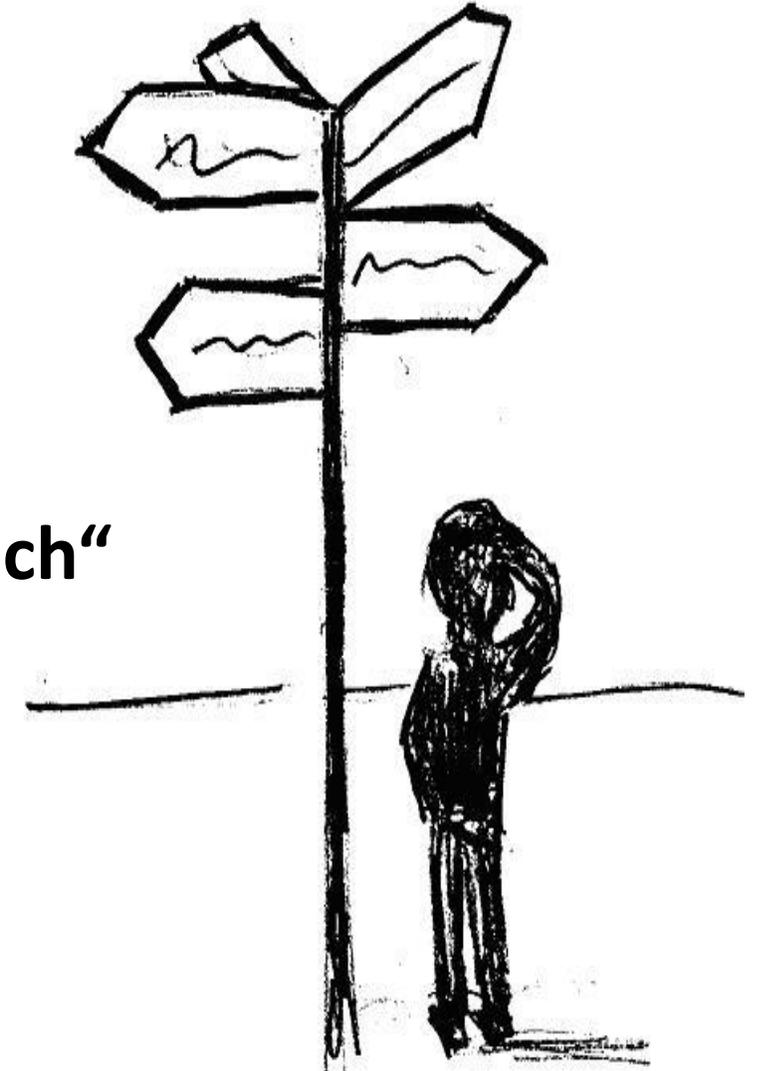


„Spielsucht“

**„pathologisches
Glücksspiel“**

**„pathologischer
PC-/Internet-Gebrauch“**

„Offline“-Hilfe



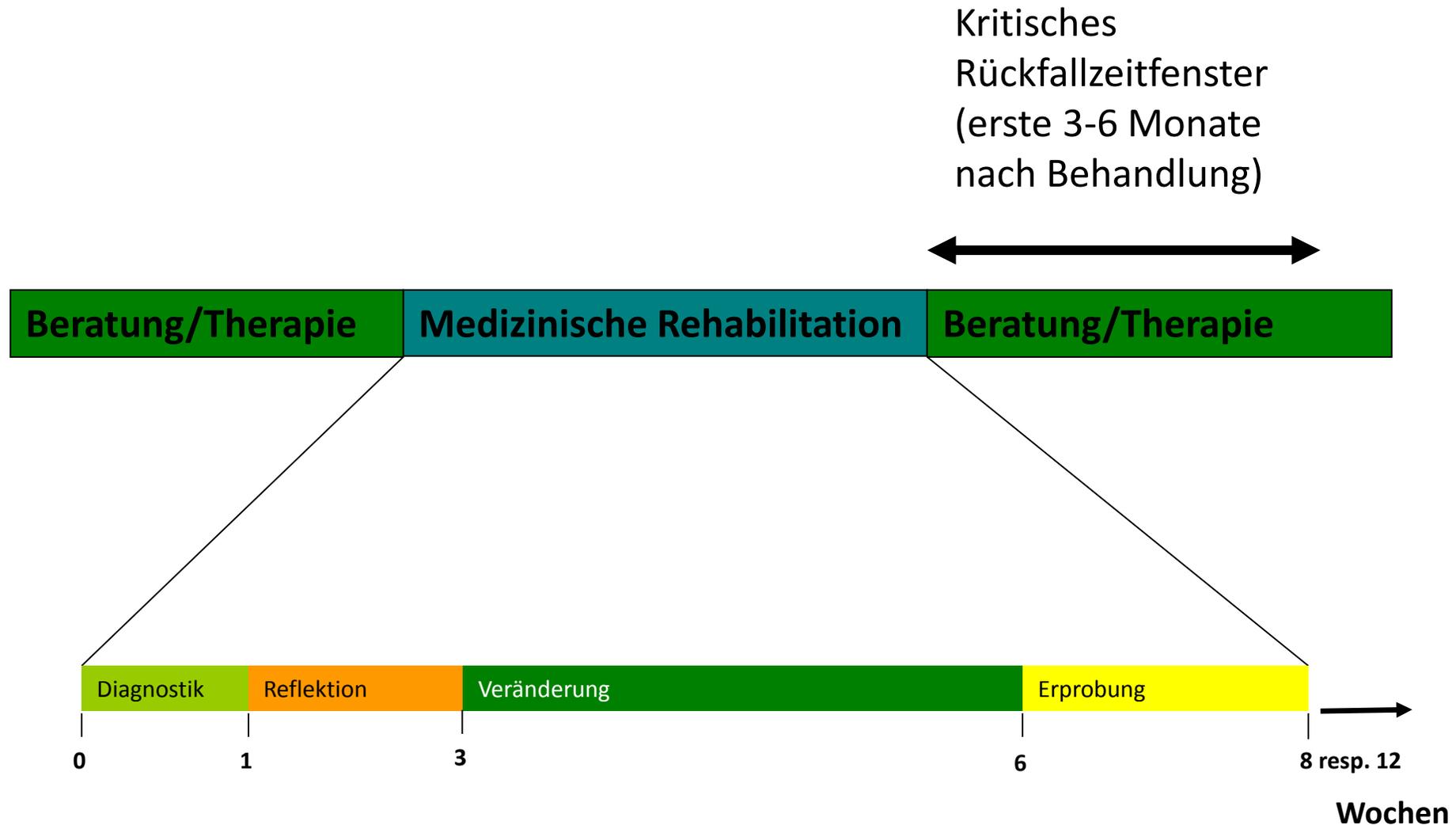
Hilfe bei Spielsucht: On-Offline Behandlung des pathologischen PC-/Internet-Gebrauchs



seit 2014 spezifisches Behandlungskonzept in der salus klinik Lindow

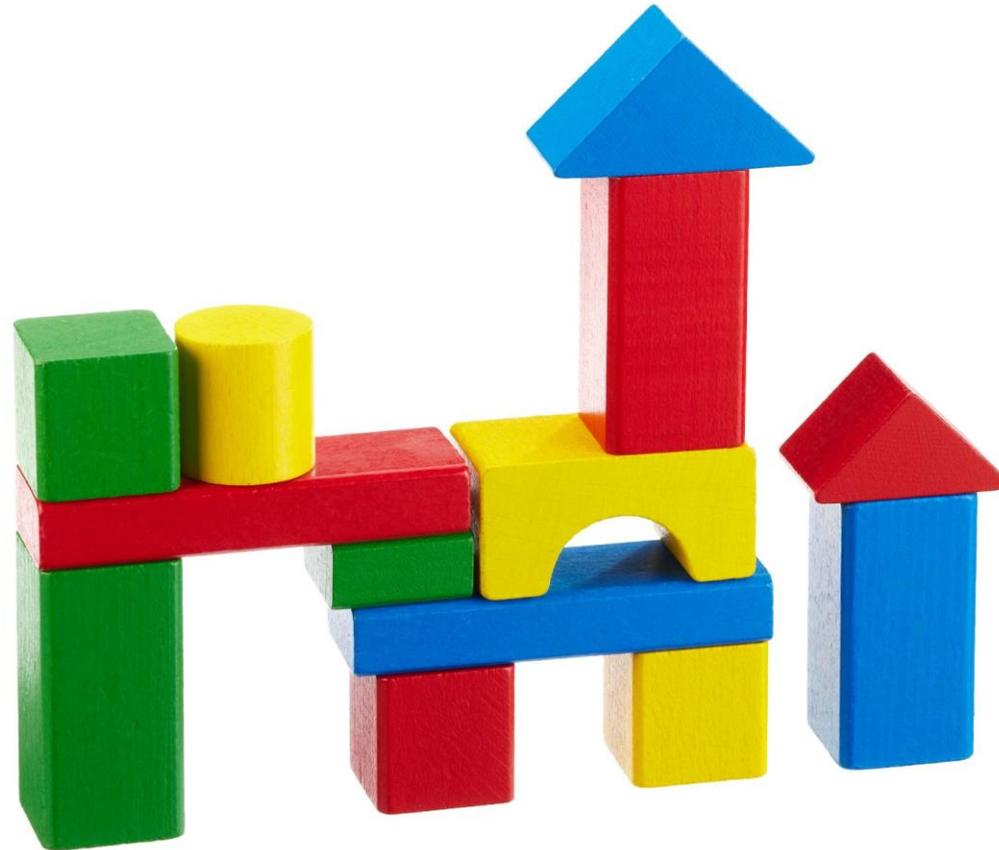
im Rahmen einer **medizinischen Rehabilitation (Psychosomatik)**
Im Rahmen einer **Entwöhnungsbehandlung**

Hilfe bei Spielsucht: On-Offline Behandlung des pathologischen PC-/Internet-Gebrauchs



Ca. 50 Therapieangebote

- o Medizinische
Behandlung
- o Psychotherapie
- o Sozialtherapie
(Teilhabeorientierung)



Spezifisches Therapieangebot

Mediengruppe

(5x 90 Min. pro Woche (1x davon SO))

Einzeltherapie (1-2x Woche)

Indikative Gruppentherapie

Selbstsicherheitstraining, Fertigkeitentraining o.a.

Arbeitstherapie

Tischlerei; EDV; Gärtnerei; Café

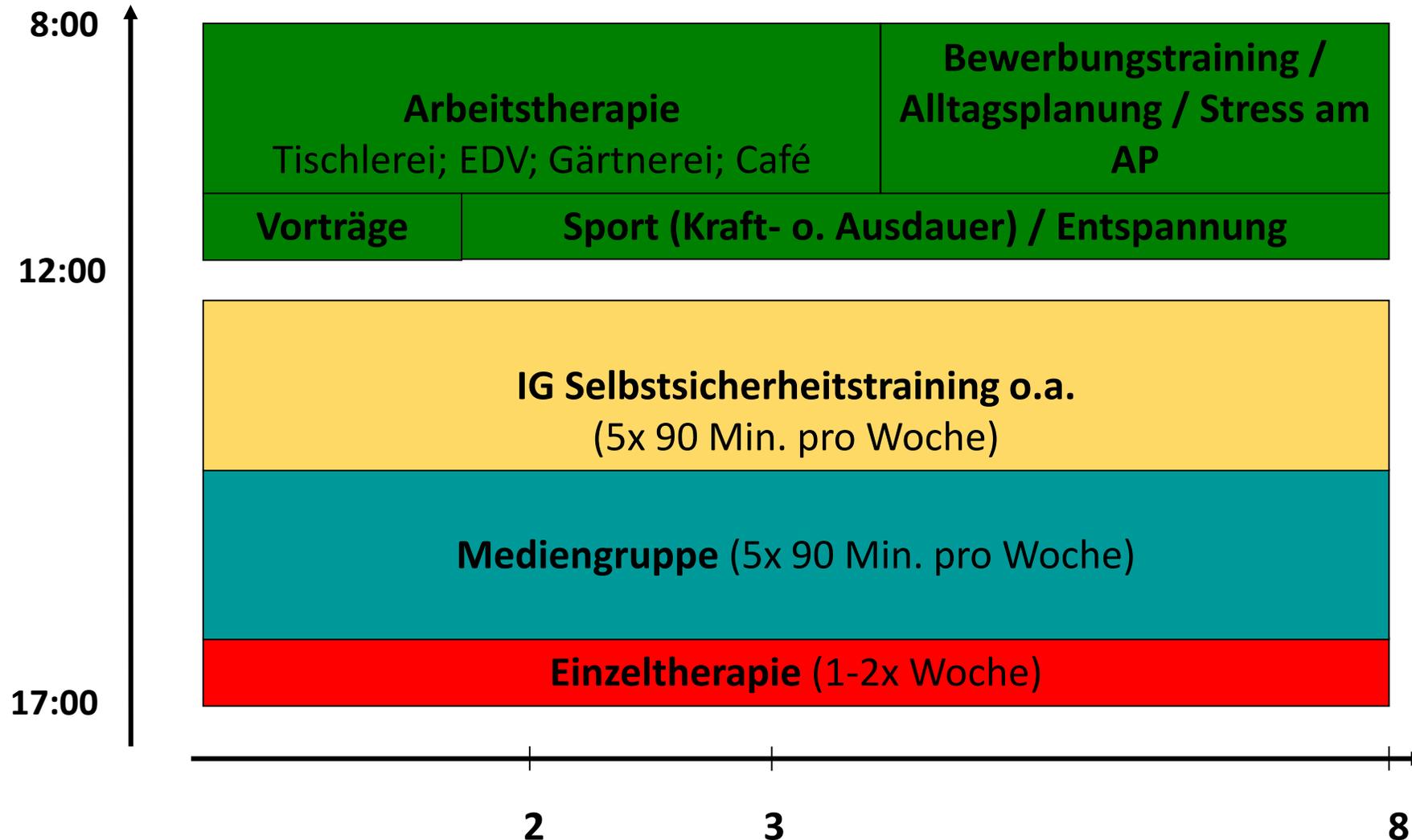
Bewerbungstraining / Alltagsplanung /

Stress am AP

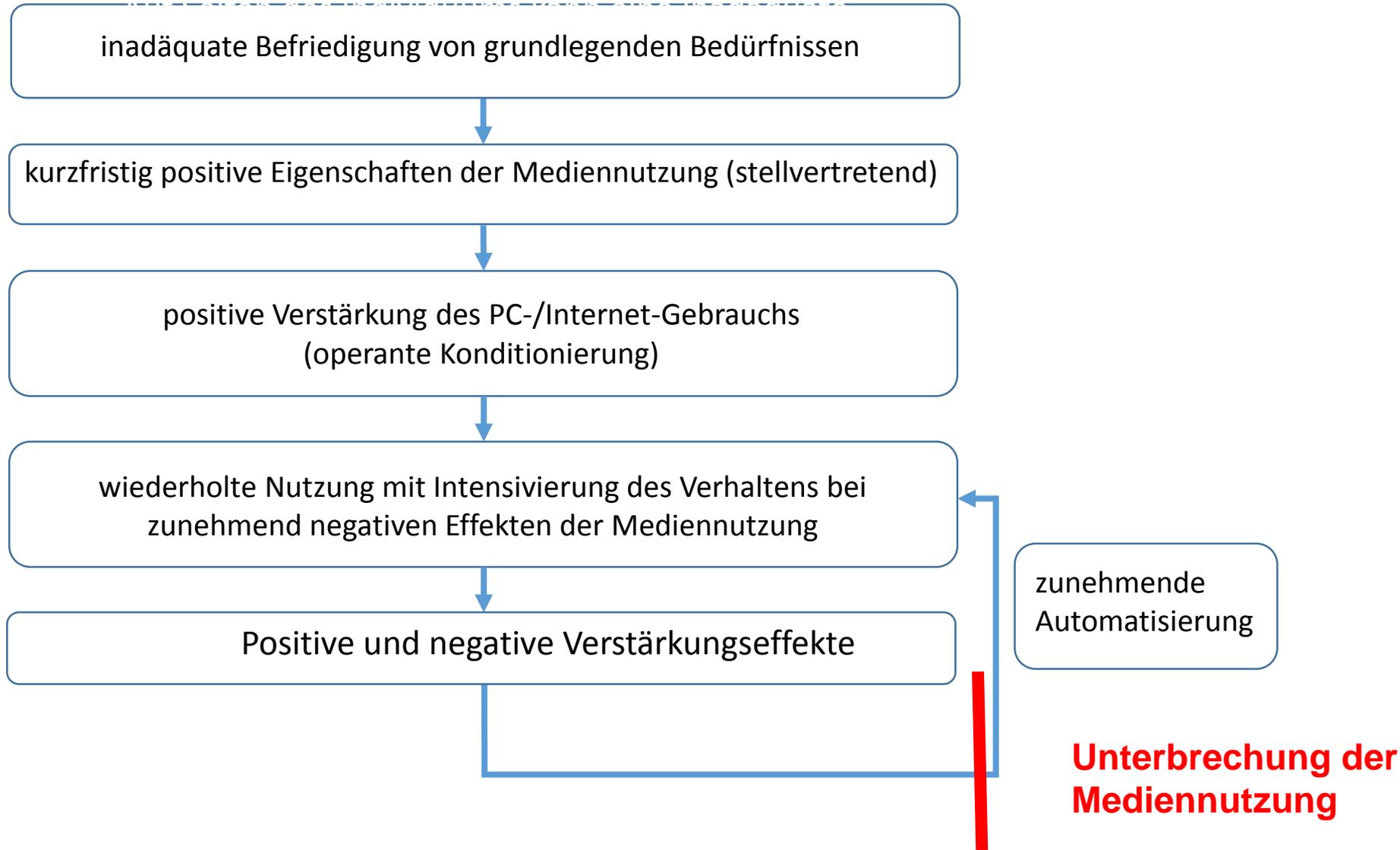
Sport (Kraft- o. Ausdauer) / Entspannung

Hilfe bei Spielsucht: On-Offline Behandlung des pathologischen PC-/Internet-Gebrauchs

Beispielhafter Behandlungsplan (Psychosomatik)



Hilfe bei Spielsucht: On-Offline Behandlung des pathologischen PC-/Internet-Gebrauchs



Hilfe bei Spielsucht: On-Offline Behandlung des pathologischen PC-/Internet-Gebrauchs

stoppen des PC-/Internet-Gebrauch, erste **Abstinenz Erfahrung** oder **Abstinenz festigen**:

Abgabe aller Geräte die eine Spiel- und/ oder Internetfunktion haben



Hilfe bei Spielsucht: On-Offline Behandlung des pathologischen PC-/Internet-Gebrauchs

- PC-/Internet-Abstinenz
- Selbstreflexion (Vermittlung eines plausiblen Störungsmodells und Förderung von Veränderungsmotivation)

störungsspezifische Symptome

- **Dichotomisierung** zwischen realer und virtueller Welt
 - Selbstwert und Affekterleben
 - soziale Interaktionsfähigkeit und Handlungsmotivation

Hilfe bei Spielsucht: On-Offline Behandlung des pathologischen PC-/Internet-Gebrauchs

Selbstbild in der virtuellen Welt



Selbstbild in der realen Welt

Arbeitsmaterial 11 – Kätzchen



Aus Schüller und Vogelgesang: Pathologischer PC- und Internet-Gebrauch © 2012 Hogrefe, Göttingen.

Hilfe bei Spielsucht: On-Offline Behandlung des pathologischen PC-/Internet-Gebrauchs

störungsspezifische Symptome:

- **Dichotomisierung** zwischen realer und virtueller Welt
 - Selbstwert und Affekterleben
 - soziale Interaktionsfähigkeit und Handlungsmotivation
- **Immersionserleben**
 - intensive Aufmerksamkeitsfokussierung auf virtuelle Welt

Hilfe bei Spielsucht: On-Offline Behandlung des pathologischen PC-/Internet-Gebrauchs



störungsspezifische Symptome:

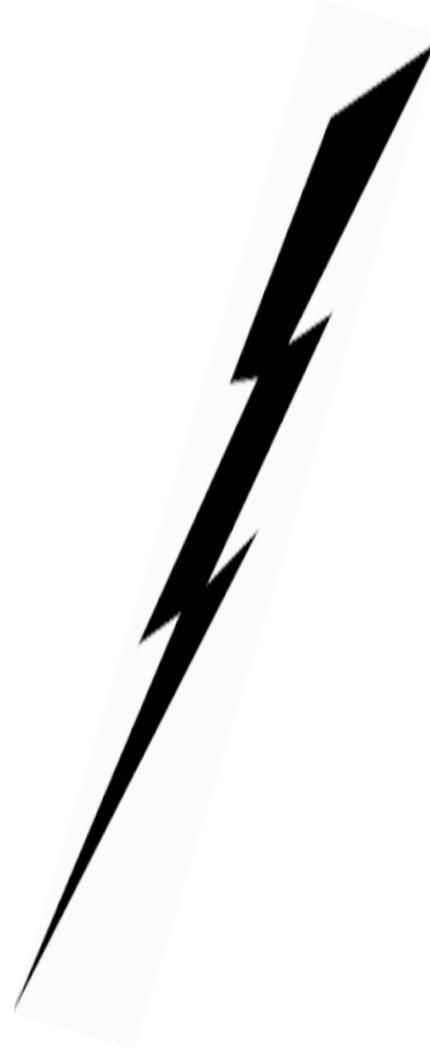
- **Dichotomisierung** zwischen realer und virtueller Welt
 - Selbstwert und Affekterleben
 - soziale Interaktionsfähigkeit und Handlungsmotivation
- **Immersionserleben**
 - intensive Aufmerksamkeitsfokussierung auf virtuelle Welt
- **Exzessive PC-Internetaktivität**
 - (> 30 Std. die Woche, schul-berufsfremd)

Hilfe bei Spielsucht: On-Offline Behandlung des pathologischen PC-/Internet-Gebrauchs

- PC-/Internet-Abstinenz
- Selbstreflexion (Vermittlung eines plausiblen Störungsmodells und Förderung von Veränderungsmotivation)
- Veränderungsphase (mit individueller Schwerpunktsetzung)

Hilfe bei Spielsucht: On-Offline Behandlung des pathologischen PC-/Internet-Gebrauchs

Selbstbild in der virtuellen Welt



Selbstbild in der realen Welt

Arbeitsmaterial 11 – Kätzchen



Aus Schüller und Vogelgesang: Pathologischer PC- und Internet-Gebrauch © 2012 Hogrefe, Göttingen.

Hilfe bei Spielsucht: On-Offline Behandlung des pathologischen PC-/Internet-Gebrauchs

Medienkompetenz 1/2

- Grundsätzlich wird auf Verzicht (Abstinenz) des jeweilig pathologischen PC-/Internet-Gebrauchs hingearbeitet (**Ampelmodell**, nach *Schuhler und Vogelgesang*)

Das Ampelmodell



ROT: Aktivitäten, die so gefährlich und deshalb tabu sind, dass ein völliger Verzicht auf den Gebrauch nötig ist (z. B. alle PC-Spiele, spezielle Chat-Aktivitäten, nicht sachbezogenes Surfen im beruflichen oder schulischen Kontext)

GELB: Vorsicht auch mit der eingeschränkten PC-Aktivität (z. B. Online-Aktivitäten zuhause, alleine, länger als 1 Stunde)

GRÜN: Okay ist der nur funktionale PC-Gebrauch, z. B. berufsbezogene Nutzung, E-Mail-Korrespondenz (kurz, sachlich), E-Banking, Informationssuche (kurz, klar definiert zu welchem Zweck), in einem zuvor festgelegten zeitlichen Abstand E-Mails an die Therapeutin schreiben, um über die aktuelle Befindlichkeit zu informieren

Hilfe bei Spielsucht: On-Offline Behandlung des pathologischen PC-/Internet-Gebrauchs

Medienkompetenz 2/2

- sorgfältige Abwägung inwieweit PC-/Internet-Gebrauch einzuschränken ist (Zuhilfenahme **ZIFON** Arbeitsblatt)
 - abwägen der zukünftigen **Ziele** und **Inhalte** von Mediennutzung
 - Entscheidung bzgl. der Nutzungs**Form**
 - vorhandene Ressourcen (**Optimismus**)
 - antizipierte Risiken (**Notfallplan**)
- enge Abstimmung mit Patienten
 - Beschränkung der Internetnutzung, Löschung von Accounts („Avatar“ beerdigen)

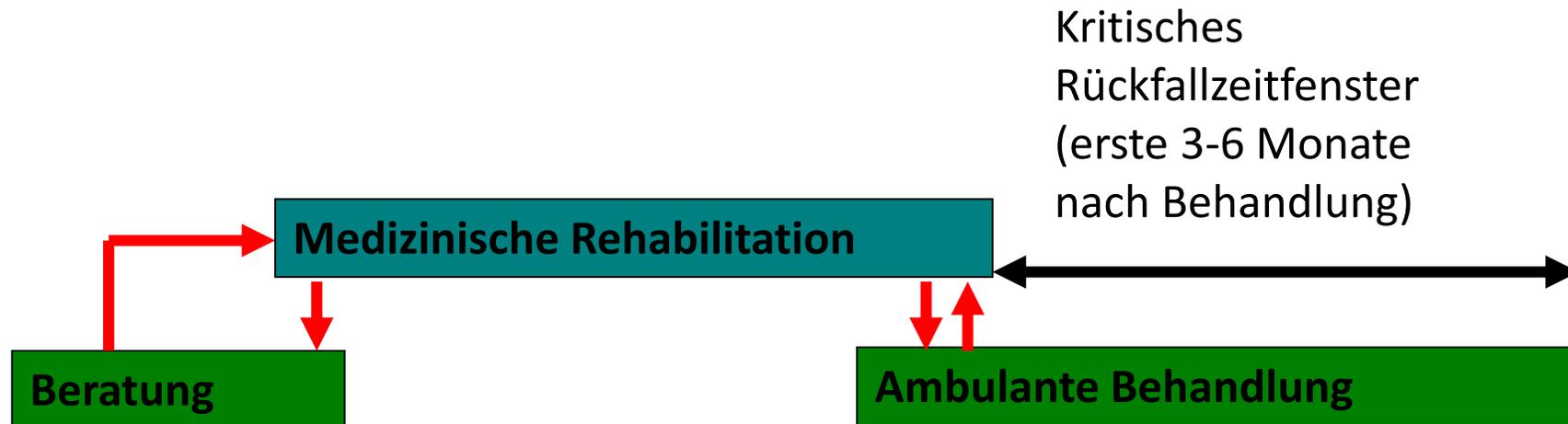
Medienkompetenz - ZIFON
Name: _____ Datum: _____
Z: Ziel
➤ Gezielte, kontrollierte Nutzung von PC und/oder Internet _____
I: Inhalt
➤ Was wollen Sie im PC/Internet künftig nutzen _____
F: Form
➤ Wie wollen Sie den PC/Internet künftig nutzen _____
O: Optimismus
➤ Welche Fähigkeiten helfen Ihnen, das Ziel zu erreichen? _____
➤ Wo könnten Probleme auftreten _____
N: Notfallplan
➤ Wer/Was hilft, sollten Sie Ihr Ziel verletzen? _____

Hilfe bei Spielsucht: On-Offline Behandlung des pathologischen PC-/Internet-Gebrauchs

- PC-/Internet-Abstinenz
- Selbstreflexion (Vermittlung eines plausiblen Störungsmodells und Förderung von Veränderungsmotivation)
- Veränderungsphase (mit individueller Schwerpunktsetzung)
- Erprobungsphase (langsames „ausschleichen“ der Behandlung und Vorbereitung auf den Alltag)

Hilfe bei Spielsucht: On-Offline Behandlung des pathologischen PC-/Internet-Gebrauchs

Nahtlosigkeit der Maßnahmen

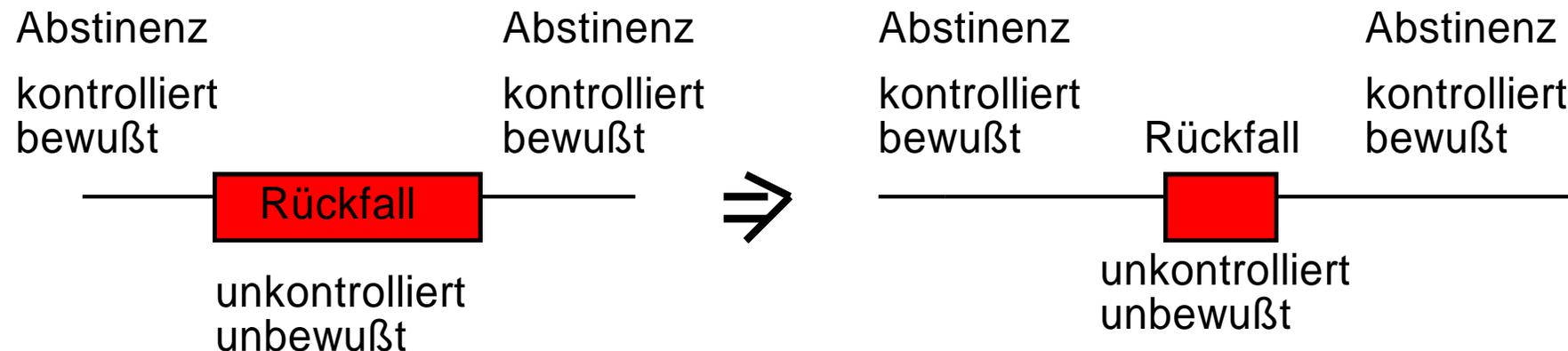


Hilfe bei Spielsucht: On-Offline Behandlung des pathologischen PC-/Internet-Gebrauchs

Umgang mit Rückfällen (Rückfall = Auftreten des „alte Verhaltens“ entgegen der vereinbarten verantwortungsvollen Nutzung („neues Verhalten“))

Ziel: kompetenter Umgang mit

Versuchungssituationen und Rückfällen



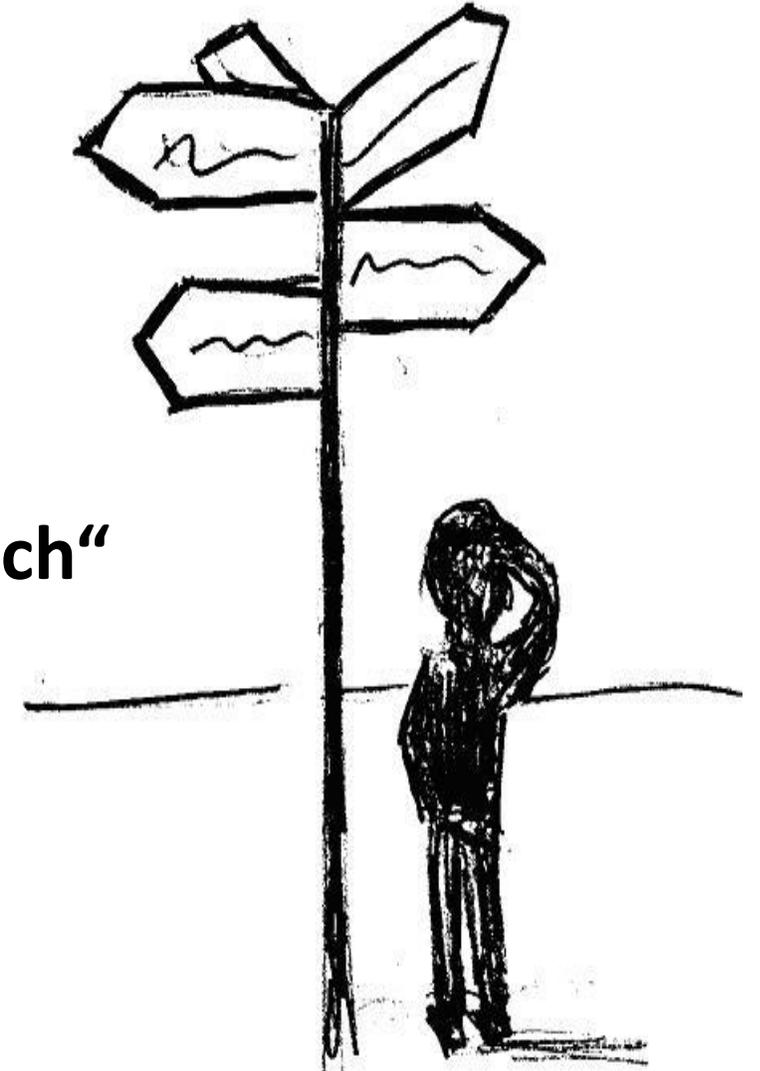
„Spielsucht“

**„pathologisches
Glücksspiel“**

**„pathologischer
PC-/Internet-Gebrauch“**

„Online“-Hilfe

„Offline“-Hilfe



DEIN GEWINN

Dein Einsatz

www.selbsthilfegluecksspiel.de

anonym ♦ kostenlos ♦ jederzeit



ONLINE SELBSTHILFE GLÜCKSSPIEL

LOGIN

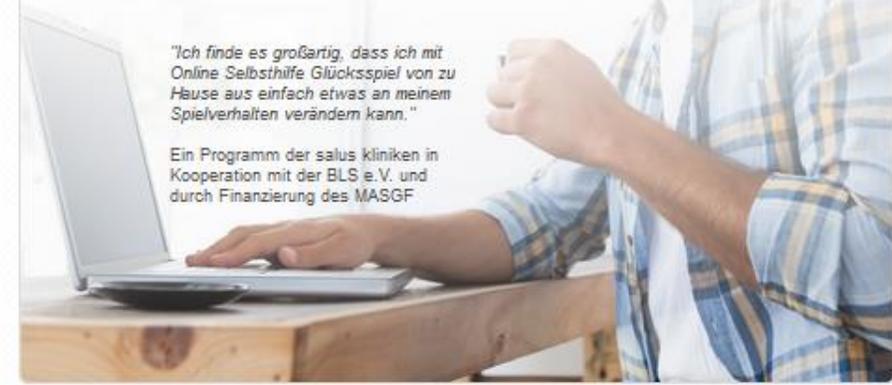
- WIE FUNKTIONIERT ES?
- IST ES FÜR MICH GEEIGNET?
- WARUM MITMACHEN?
- TIPPS
- ANMELDEN

Ihr Spielen reduzieren oder lieber ganz aufhören?

MACHEN SIE DEN SELBSTTEST
NUR 2 MINUTEN

"Ich finde es großartig, dass ich mit Online Selbsthilfe Glücksspiel von zu Hause aus einfach etwas an meinem Spielverhalten verändern kann."

Ein Programm der salus kliniken in Kooperation mit der BLS e.V. und durch Finanzierung des MASGF



Ein Angebot des Gesundheitsministeriums Brandenburg, der BLS und der salus kliniken



- ✓ Anonyme Teilnahme
- ✓ Sofortiger Beginn
- ✓ Reduktion oder Abstinenz
- ✓ Programmdauer 6 Wochen
- ✓ Kostenlose Teilnahme

- Wie funktioniert es?
- Ist es für mich geeignet?
- Warum sollte ich mitmachen?
- GLEICH ANMELDEN!**



ONLINE SELBSTHILFE GLÜCKSSPIEL

LOGIN

WIE FUNKTIONIERT ES?

IST ES FÜR MICH GEEIGNET?

WARUM MITMACHEN?

TIPPS

ANMELDEN

Ist es für mich geeignet?

KOSTENLOS ANMELDEN

MACHEN SIE DEN SELBSTTEST, UM DIES HERAUSZUFINDEN

HABE ICH EIN GLÜCKSSPIELPROBLEM?

Hatten Sie schon das Gefühl, dass Sie Ihr Spielverhalten reduzieren sollten? Haben andere Ihr Spielverhalten kritisiert? Hatten Sie wegen Ihres Spielverhaltens schon Gewissensbisse? Haben Sie schon versucht, Verluste durch verstärktes Spielverhalten bzw. höhere Einsätze auszugleichen?

MACHEN SIE DEN SELBSTTEST

Er dauert nur 2 Minuten!



GLÜCKSSPIEL - AB WANN WIRD ES EIN PROBLEM?

Problematisches Glücksspiel beginnt, wenn es zu finanziellen Problemen, beruflichen Problemen oder Konflikten mit Partnern oder Angehörigen kommt. Pathologisches Glücksspiel beginnt, wenn der Betroffene sich trotzdem nicht ändert, sondern versucht, diese Probleme durch weiteres Glücksspiel Herr zu werden.

UND...? IST DAS ETWAS FÜR SIE?

NICHT GANZ SICHER

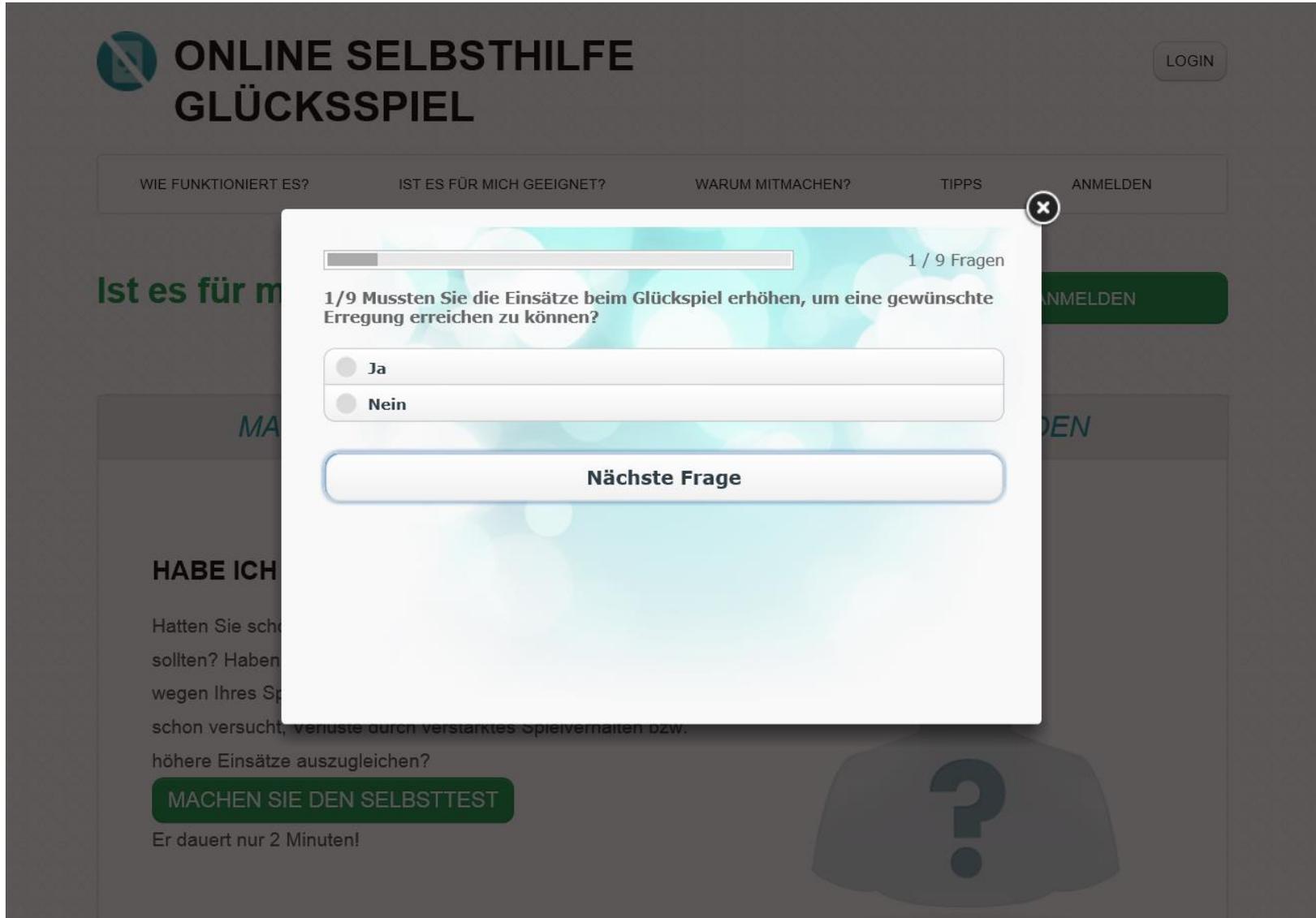
[Warum sollte ich mitmachen?](#)

NOCH FRAGEN

[Kontaktieren Sie uns](#)

ICH BIN DABEI

KOSTENLOS ANMELDEN



**ONLINE SELBSTHILFE
GLÜCKSSPIEL**

WIE FUNKTIONIERT ES? IST ES FÜR MICH GEEIGNET? WARUM MITMACHEN? TIPPS ANMELDEN

1 / 9 Fragen

1/9 Mussten Sie die Einsätze beim Glücksspiel erhöhen, um eine gewünschte Erregung erreichen zu können?

Ja

Nein

Nächste Frage

HABE ICH

Hatten Sie schon...
sollten? Haben...
wegen Ihres Sp...
schon versucht, verluste durch verstärktes Spielverhalten bzw.
höhere Einsätze auszugleichen?

MACHEN SIE DEN SELBSTTEST

Er dauert nur 2 Minuten!

- Selbsttest ► 3 qualifizierte Empfehlung für den User
 - **Spielverhalten unbedenklich** → Empfehlungen lesen



ONLINE SELBSTHILFE GLÜCKSSPIEL

LOGIN

WIE FUNKTIONIERT ES?

IST ES FÜR MICH GEEIGNET?

WARUM MITMACHEN?

TIPPS

ANMELDEN

Glücksspielfragebogen
0-1 Punkte = geringes Risiko; 2-4 = zunehmendes Problem; 5-7 = großes Problem; ab 8 = sehr großes Problem

Ihr Ergebnis **0**

Nach Ihren Selbstangaben gibt Ihr Glücksspielverhalten derzeit keinen Anlass zu größerer Besorgnis. Herzlichen Glückwunsch!

Machen Sie so weiter und bemühen Sie sich, Ihren risikoarmen Umgang mit Glücksspiel beizubehalten.

Lesen Sie unsere [Tipps](#), wie Sie das erreichen können.

Sie können unten Ihr Testergebnis an Ihre E-Mailadresse senden.

E-Mailadresse :

Ist es für m

ANMELDEN

HABE ICH

Hatten Sie schon

reduzieren sie

Hatten Sie wegen Ihres Spielverhaltens schon Gewissensbisse?

Haben Sie schon versucht, Verluste durch verstärktes

Spielverhalten bzw. höhere Einsätze auszugleichen?

MACHEN SIE DEN SELBSTTEST

- Selbsttest ► 3 qualifizierte Empfehlung für den User
 - **Spielverhalten unbedenklich** → Empfehlungen lesen
 - **Spielverhalten bedenklich** → Programmteilnahme (Abstinenz oder Reduktion)

0-1 Punkte = geringes Risiko; 2-4 = zunehmendes Problem; 5-7 = großes Problem; ab 8 = sehr großes Problem

Ihr Ergebnis 9

Ihre Offenheit bei der Beantwortung der Fragen verdient Respekt. Es spricht für Sie, dass Sie sich selbstkritisch mit Ihrem Glücksspielverhalten auseinandersetzen.

Ihr Glücksspielverhalten stellt bereits ein sehr ernstes Problem dar.

Es ist leider mit schwerwiegenden finanziellen und psychosozialen Problemen zu rechnen, wenn Sie so weiter machen.

Es ist höchste Zeit Ihr Glücksspielverhalten zu beenden oder wenigstens deutlich zu reduzieren.

Möglicherweise stellt die Teilnahme an unserem Onlineprogramm [Selbsthilfe Glücksspiel](#) noch eine geeignete Möglichkeit dar, sofort damit zu beginnen.

Falls Sie damit keinen Erfolg haben, sollten Sie umgehend professionelle Hilfe aufsuchen. Ausführliche Informationen hierzu finden Sie unter www.salus-kliniken.de.

Weitere Anbieter für eine Behandlung von pathologischem Glücksspiel finden Sie unter www.spielsucht.brandenburg.de bzw. www.gluecksspielsucht.de. Die Beantragung der Behandlung erfolgt über eine sogenannte Suchtberatungsstelle.

- Selbsttest ► 3 qualifizierte Empfehlung für den User
 - **Spielverhalten unbedenklich** → Empfehlungen lesen
 - **Spielverhalten bedenklich** → Programmteilnahme (Abstinenz oder Reduktion)
 - **Spielverhalten sehr bedenklich** → keine Empfehlung der Programmteilnahme sondern qualifizierte abstinenzorientierte Behandlung

Ihr Ergebnis 16

Ihre selbstkritische Offenheit verdient allergrößten Respekt!

Ihr Glücksspielverhalten stellt bereits ein sehr ernstes Problem dar. Es ist leider mit schwerwiegenden finanziellen und psychosozialen Problemen zu rechnen, wenn Sie so weiter machen.

Es ist höchste Zeit, Ihr Glücksspielverhalten zu beenden.

Unser Online-Selbsthilfeprogramm ist für Sie aber hierfür leider nicht mehr ausreichend.

Wir empfehlen Ihnen vielmehr dringend eine abstinentorientierte Behandlung wegen pathologischem Glücksspiel. Ausführliche Informationen hierzu finden Sie unter www.salus-kliniken.de.

Weitere Anbieter für eine Behandlung von pathologischem Glücksspiel finden Sie unter www.spielsucht.brandenburg.de bzw. www.gluecksspielsucht.de. Die Beantragung der Behandlung erfolgt über eine Suchtberatungsstelle.

Sie können Ihr Testergebnis an Ihre E-Mailadresse senden.

Zahlen für 2017 (01.01. – 31.12.)

1074 Besucher

381 Selbsttest

172 Pathologisches Glücksspiel

72 Teilnehmer

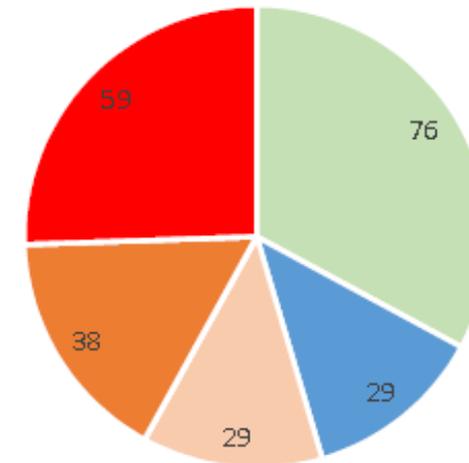
Daten fürs erste Halbjahr 2017

1. Selbsttest scores

Total tests	Result 1 0-1 Punkte	Result 2 2-4 Punkte	Result 3 5-7 Punkte	Result 4 8-11 Punkte	Result 5 12-und mehr Punkte
231	76	29	29	38	59
	33%	12,5%	12,5%	16,5%	25,5%

0-1 Punkte = geringes Risiko; 2-4 = zunehmendes Problem; 5-7 = großes Problem; ab 8 = sehr großes Problem

Completed Glücksspiel Selbsttests

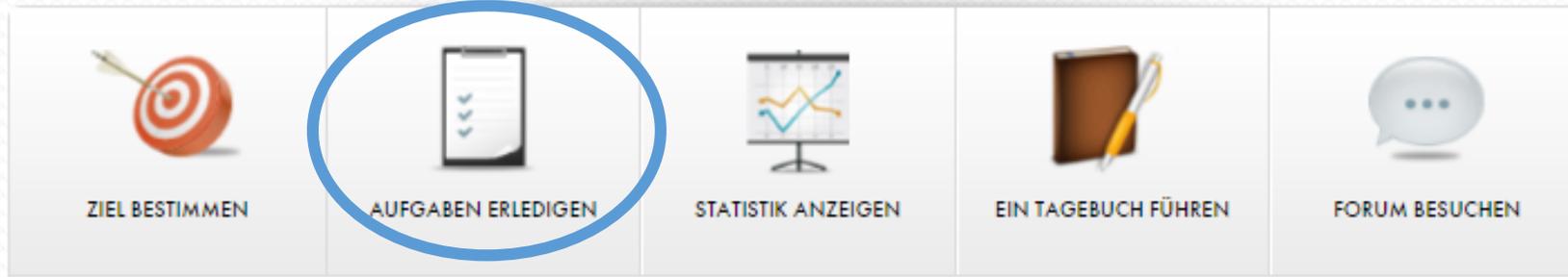


■ Result 1 ■ Result 2 ■ Result 3 ■ Result 4 ■ Result 5

- Aufbau des Programms
 - **Anmeldung über Mail-Adresse**
 - Wahl Kennwort/Anrede
 - Wahl des Forumsnamen
 - **Wahl des Veränderungsziels**
 - max. Einsatz pro Tag
 - Abstinenz

Wie funktioniert es?

KOSTENLOS ANMELDEN



Reduktion
Abstinenz



max. Einsätze pro Tag

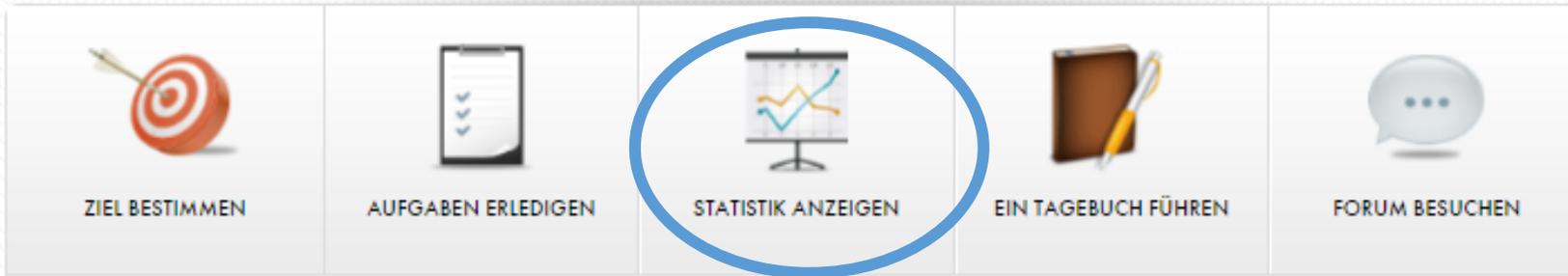
Hilfe

- Leseaufgaben
 - was sind Risikosituationen?
 - wie entsteht Verlangen?
 - wie erreiche ich meine Ziele?

- Übungsaufgaben
 - Meine Risikosituationen
 - Mein Notfallplan

Wie funktioniert es?

KOSTENLOS ANMELDEN



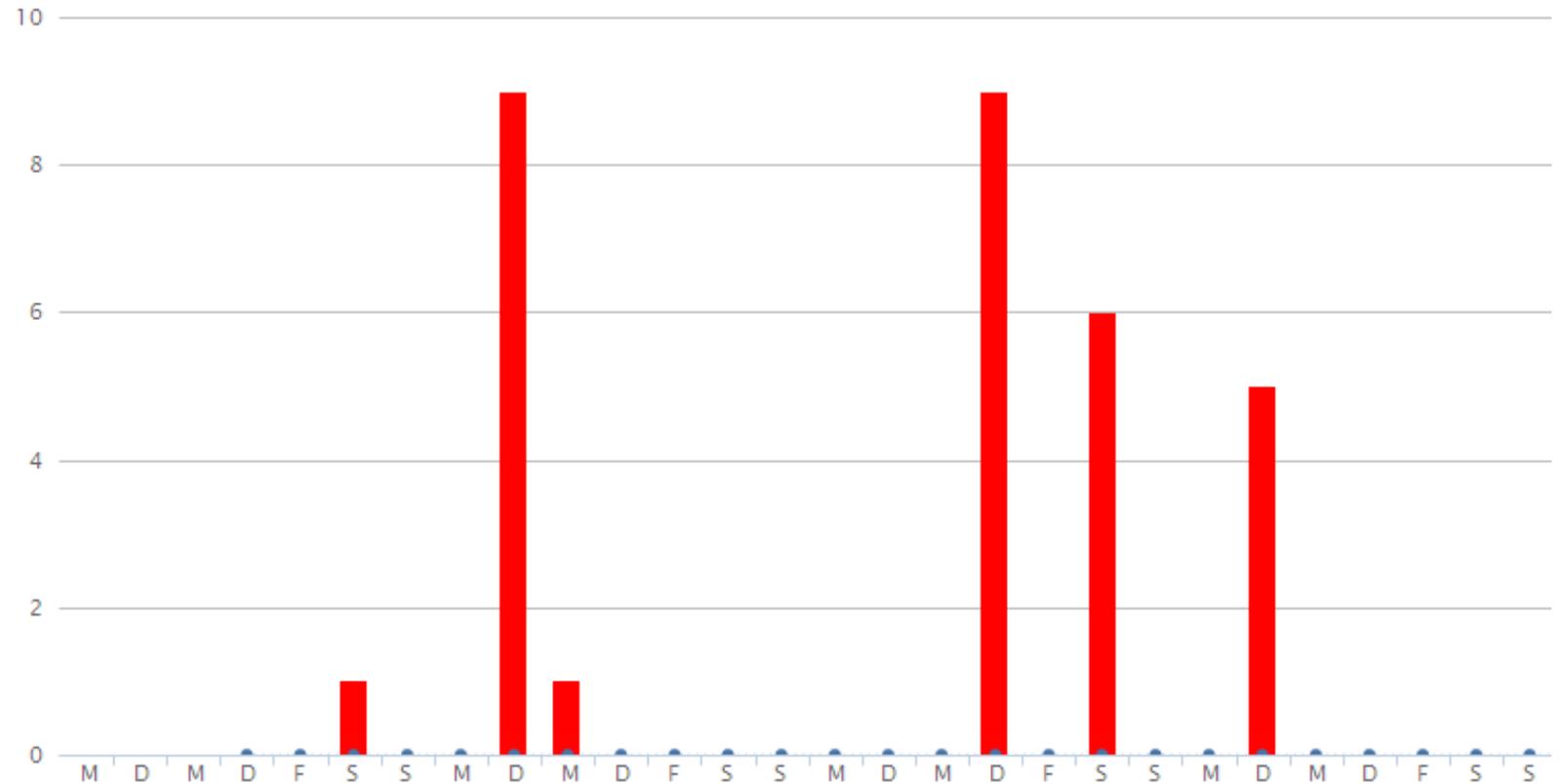
Reduktion
Abstinenz

4x tägliche Eingaben:
Verlangen
Glücksspiel (Einsatz)

Hilfe

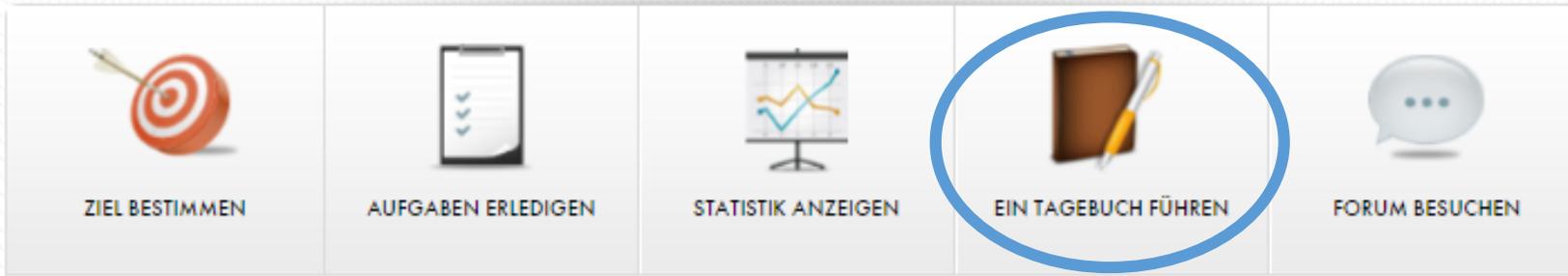
4 Eingaben täglich

- Verlangen
 - Stärke
 - Situation
 - Anwesende
 - Gefühl
 - Gedanken
- Glücksspiel
 - Höhe der Einsätze



Wie funktioniert es?

KOSTENLOS ANMELDEN



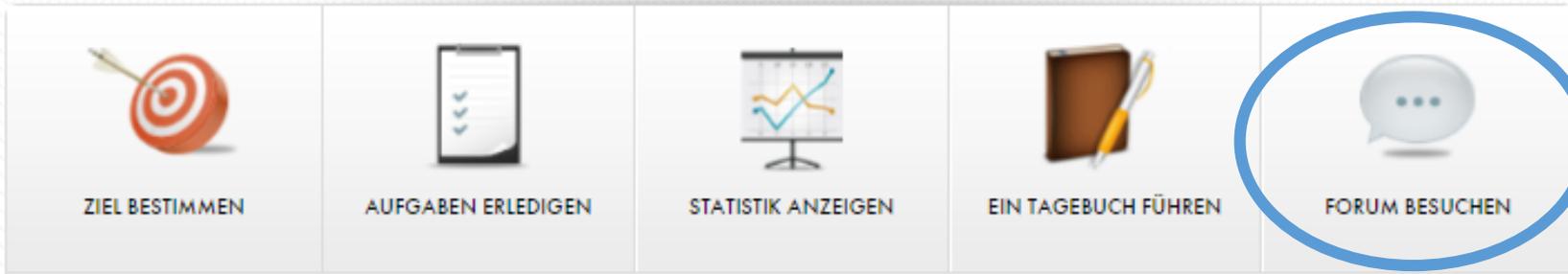
Reduktion
Abstinenz

4x täglich
Verlangen
Glücksspiel
eingeben

Hilfe

Wie funktioniert es?

KOSTENLOS ANMELDEN



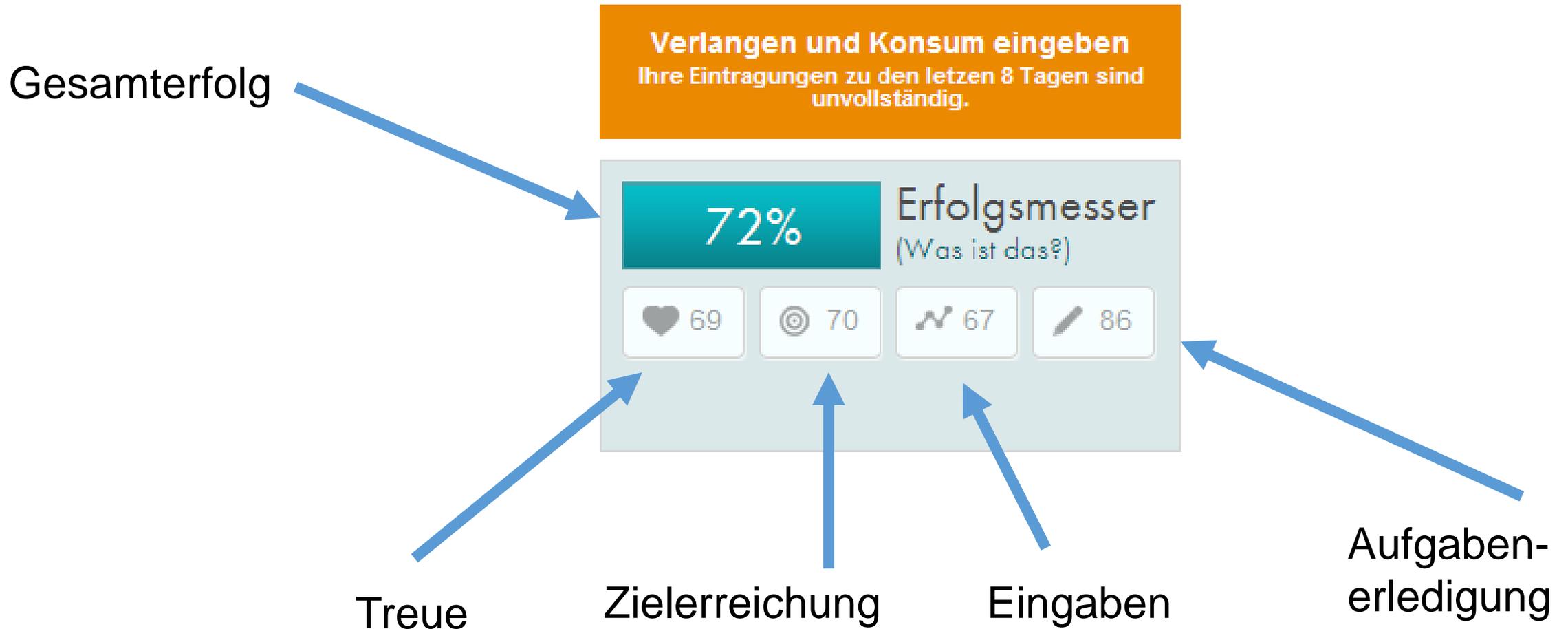
Reduktion
Abstinenz

4x täglich
Verlangen
Glücksspiel
eingeben

Hilfe

Herzstück des Programms: **der Erfolgsmesser**

Herzstück des Programms: **der Erfolgsmesser**



Das Programm „denkt“ an Dich

Erinnerungsfunktion

- *Nach längerer Abwesenheit*
- *Am Ende jeder Woche*
- *Nach Rückfällen*
- *Bei Programmende*

Vielen Dank für Ihr Interesse
und besuchen Sie die Seite:

www.selbsthilfegluecksspiel.de

Dipl.-Psych. Robert Schöneck
salus klinik Lindow
(Psychologischer Psychotherapeut
(Verhaltenstherapie))

schoeneck@salus-lindow.de
033933 / 88 572