

23. Jahrestagung des Fachverbandes Glücksspielsucht e.V. in Berlin

„Aus der Praxis für die Praxis“

**„Manualisierte Arbeit mit
Glücksspielsüchtigen“**

Andrada El-Akhras
Hellweg-Klinik Bielefeld
Ev. Johanneswerk e.V., Diakonie

Michael Knothe
Fachstelle Glücksspielsucht der Caritas
Rhein-Kreis Neuss

Manualisierte Arbeit ist ...

„... eine Einengung des Prozesses.“

„... Vorgaben der Leitung.“

„ ... für die Patienten zu schwierig.“

„.. (un)gruppendedynamisch“

„... Oberflächlich.“

„ ... nicht erfolgreich/nachhaltig.

Zum Beispiel ...



Andrada El-Akhras
Hellweg-Klinik Bielefeld
Ev. Johanneswerk e.V., Diakonie



Michael Knothe
Fachstelle Glücksspielsucht der Caritas
Rhein-Kreis Neuss

Theoretische Ansätze...

- Methodisch wird nach einem integrativen Behandlungsansatz vorgegangen mit einem kognitiv-verhaltenstherapeutischem Schwerpunkt. Lösungsorientiert; Verantwortung für sich selbst übernehmen.

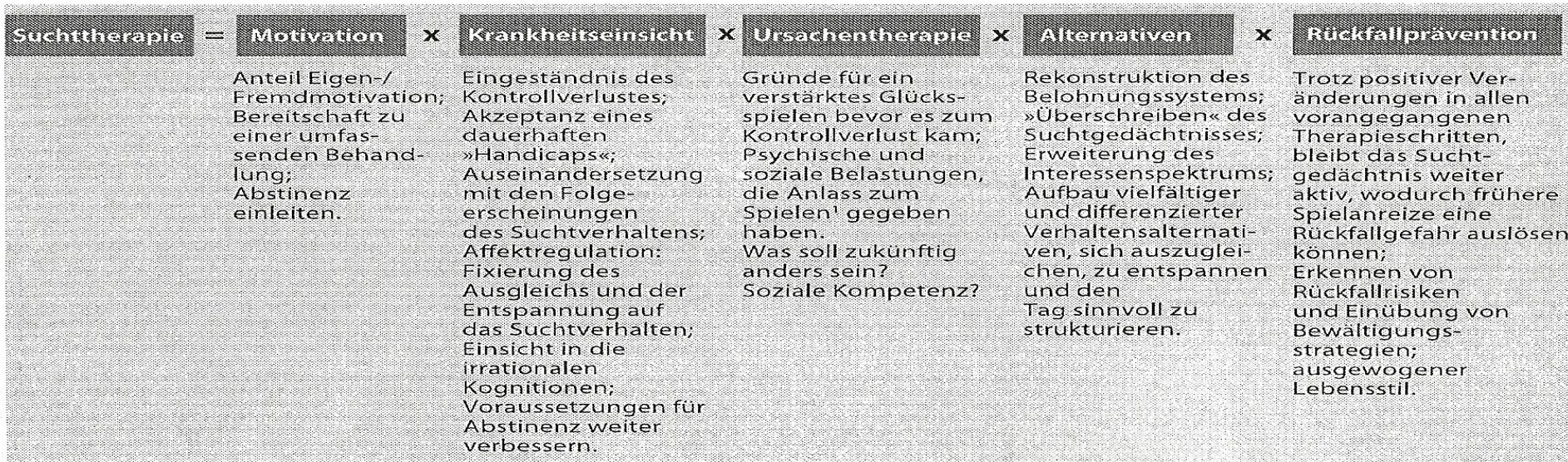
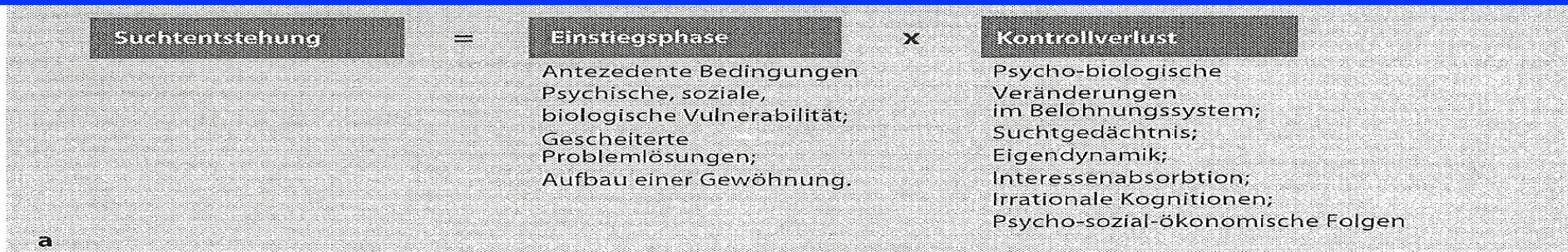
An Ressourcen anzuknüpfen: Kein Defizitdenken!

Integrativer Psychotherapieansatz:

- Geprächspsychotherapeutische und kognitive Ansätze:
Vermittlung von Einsichten und zum Hinterfragen irrationaler Annahmen.
- Verhaltenstherapeutische Methoden:
Konkrete Veränderung von Lebensgewohnheiten, sozialer Kompetenzen, Entwicklung von Selbstkontrolltechniken (z.B. in der Motivations- bzw. Entzugsphase).

Suchtformel: Bachmann, 2011

Meyer & Bachmann Spielsucht 3. Auflage 2011



¹ Um die Suchtformel auf substanzgebundene Abhängigkeitsformen anzuwenden, sind die Begriffe »Glücksspielen« und »Spielen« z.B. durch »Alkoholtrinken« und »Konsumieren« auszutauschen.

Andrada El-Akhras
 Hellweg-Klinik Bielefeld
 Ev. Johanneswerk e.V., Diakonie

Michael Knothe
 Fachstelle Glücksspielsucht der Caritas
 Rhein-Kreis Neuss

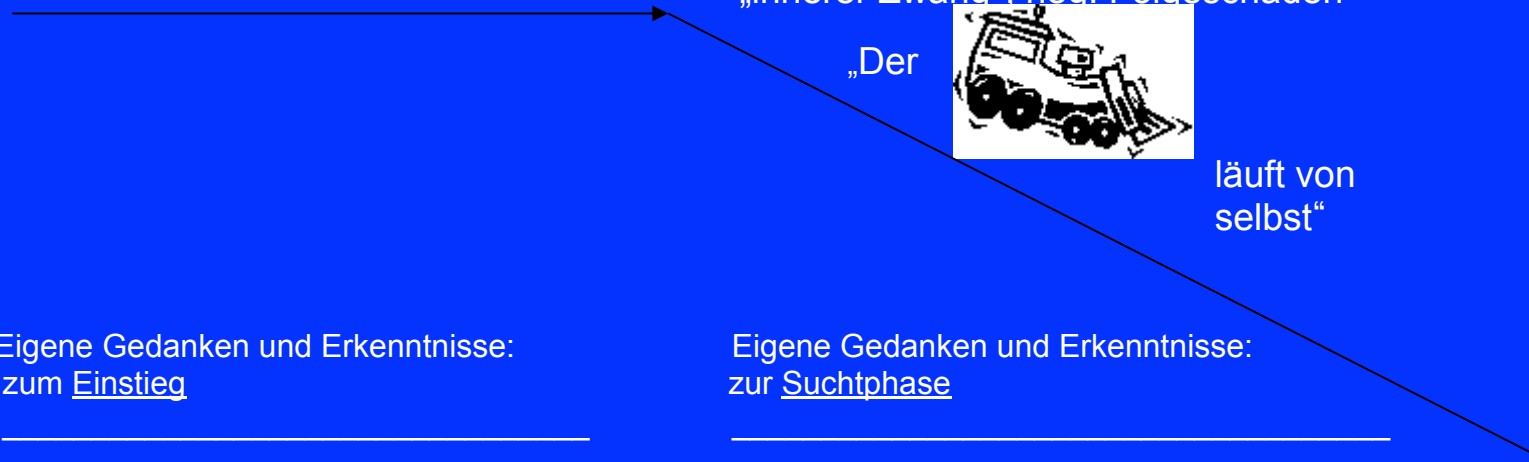
Stationen der Suchtentwicklung und des Therapieprozesses

Einstiegsphase

Vielfältige Ursachen, zB: viel Geld gewinnen, Kontaktschwierigkeiten, Eheprobleme, Flucht vor Konflikten, Selbstwertprobleme

Suchtphase

Folgt anderen Gesetzmäßigkeiten: psychische Abhängigkeit, Eigendynamik, Kontrollverlust Entzugerscheinungen, irrationale Kogn. „innerer Zwang“, neg. Folge Schäden



„Der



läuft von selbst“

Eigene Gedanken und Erkenntnisse:
zum Einstieg

Eigene Gedanken und Erkenntnisse:
zur Suchtphase

Wie stoppen?

Andrada El-Akhras
Hellweg-Klinik Bielefeld
Ev. Johanneswerk e.V., Diakonie

Michael Knothe
Fachstelle Glücksspielsucht der Caritas
Rhein-Kreis Neuss

Therapie: In umgekehrter Richtung

Mit Volldampf voraus!



Reihenfolge der Therapieschritte beachten!

3. Schritt

2. Schritt

1. Schritt

Therapie der Ursachen



Krankheitseinsicht fördern



Motivation,

Wiedereinstieg in alte Problemsituationen und Verhaltensweisen“ verhindern.
Was mache ich zukünftig anders?

und Abstinenz stabilisieren
Akzeptanz, dass eine Sucht vorliegt, Verleugnung und Bagatellisierung des Suchtverhaltens aufgeben. Nicht auf andere Suchtmittel umsteigen.

Vom Glücksspielen entziehen, Druck von außen nicht negativ sehen. Positive Beweggründe für eine Veränderung, negative Folgen des Suchtverhaltens.

Eigene Gedanken/Erkenntnisse zu den Ursachen

Eigene Gedanken/Erkenntnisse zur Krankheitsentwicklung und Abstinenz

Eigene Gedanken/Erkenntnisse zur Motivation

.....

.....

.....

.....
Andrada El-Akhras
Hellweg-Klinik Bielefeld
Ev. Johanneswerk e.V., Diakonie

.....
Michael Knothe
Fachstelle Glücksspielsucht der Caritas
Rhein-Kreis Neuss

Die Abstinenzwaage ...ein alter Hut?!

Ergebnisse früherer Gruppen

**langfristig
positive
Folgen der
Abstinenz**

- Miteinander reden
- Gesteigertes, reales Selbstwertgefühl
- In der Realität leben
- Vertrauenswürdigkeit zurückerlangen
- Steigerung des Selbstbewusstseins/ Stolz auf sich sein
- Man wird ernst genommen und geachtet



**kurzfristig
positive Wirkung
des Suchtver-
haltens**

- Verdrängen/ vergessen von Problemen
- Spannung, Nervenkitzel
- „Kick“, Glücksgefühl
- „Adrenalinjunkie“
- Langeweile vertreiben
- Scheinbare Selbstwerterhöhung
- Kompetenzgefühl
- Flucht vor der Realität/ Konflikten
- Traum vom

Andrada El-Akhras
Hellweg-Klinik Bielefeld
Ev. Johanneswerk e.V., Diakonie

Michael Knothe
Fachstelle Glücksspielsucht der Caritas
Rhein-Kreis Neuss

Nicht der Verzicht steht im Vordergrund der Therapie sondern die Alternativen:

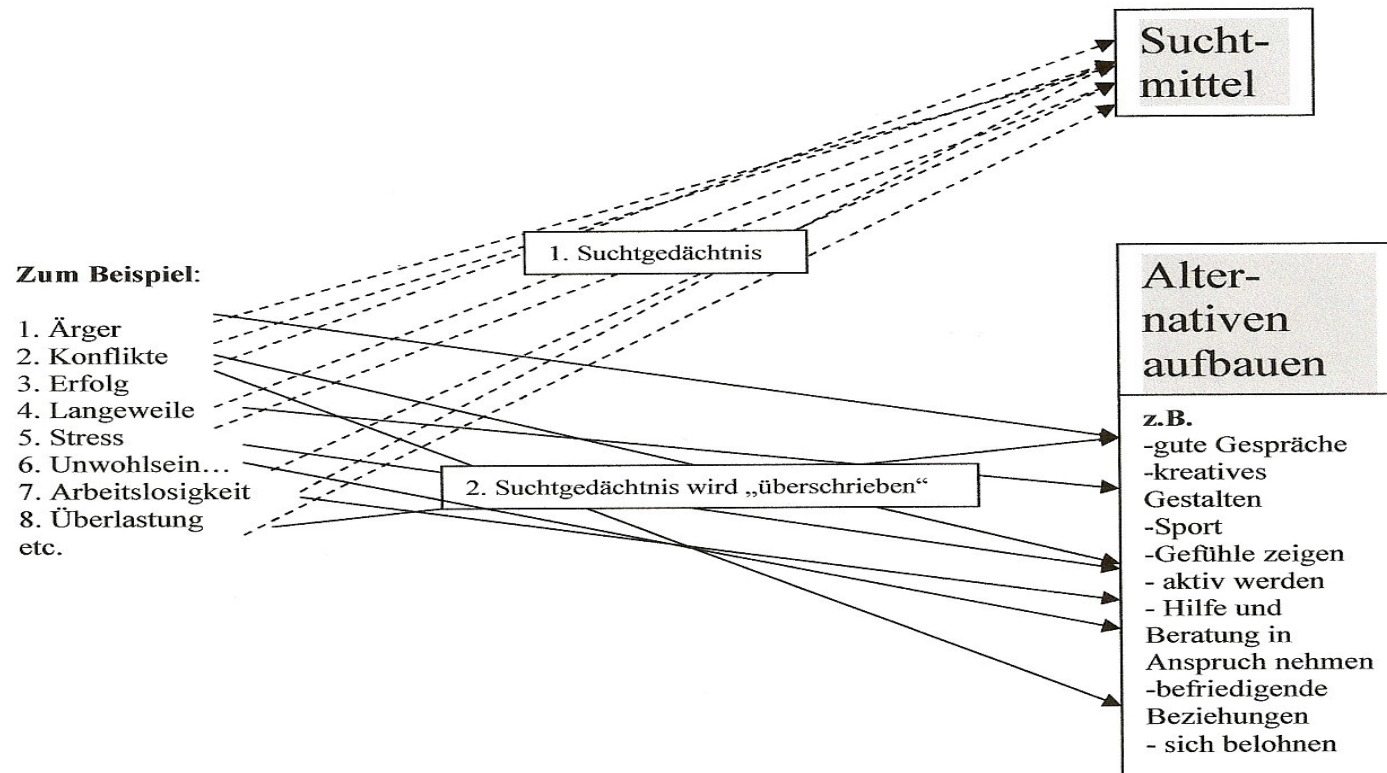
Wie oft wurde schon versucht das Suchtverhalten einzustellen?

- **Abhängigkeit bedeutet, viele andere Dinge nicht zu tun.**
- **Erst die Ausbildung von Alternativen eröffnet dauerhaft die Chance, auf das Suchtmittel zu verzichten und zufrieden abstinent zu sein.**
- **Gute Vorsätze in die Tat umsetzen.**

Das Suchtgedächtnis bleibt ...

Situation (S)

Reaktion (R)



Pläne, Ziele, Wünsche ...

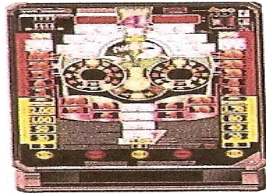
**Alltäglich für Ausgleich und Entspannung sorgen.
Höhepunkte („Highlights“) nicht vergessen, so dass
nicht der „graue Alltag“ Einzug hält und die Frage
aufkommt: „Was darf ich überhaupt noch?“**

**Nicht da „wo es weh tut“ geht es lang!
Eine Interessante und abwechslungsreiche Tages-,
Wochen-, und Zukunftsgestaltung durch Vorausschau
und Eigeninitiative.**

**Ein wichtiger Schritt aus der Abhängigkeit ist, an vielen
anderen Dingen wieder Interesse und Freude zu haben..**

„... viele andere Dinge... ?!“

Automaten und andere Glücksspiele



Von der Nähe zum Suchtverhalten geht generell ein großes Rückfallrisiko aus.

sehr nahe

Kaffeetrinken
in der Spielhalle

- 1 _____
- 2 _____
- 3 _____

mittlerer Abstand

- 4 _____
- 5 _____
- 6 _____
- 7 _____

Volleyballspielen : mit der Partnerin
im Verein in einen Chor gehen

sehr großer Abstand

sichere
Seite ☀

Auseinandersetzung mit den abergläubischen Ideen zu Glücksspielen

Ich kann mit dem Spielen Geld verdienen.

Ich habe soviel verloren-jetzt muss der Gewinn kommen.

Ich muss spielen, um die Verluste wieder reinzuholen.

Ich kann den Zufall/Apparat überlisten/besiegen.

Heute ist ein Glückstag.

Mit bestimmten Geräten komme ich besonders gut zurecht.

Nur durch einen größeren Gewinn kann ich mich aus der schlimmen Lage befreien

Die Gefühlskiste

Welche Gefühle treten nach einem Rückfall auf?

Anspannung	<input type="checkbox"/>	Enttäuschung	<input type="checkbox"/>
Hilflosigkeit	<input type="checkbox"/>	Leere	<input type="checkbox"/>
Schuld	<input type="checkbox"/>	Schreck	<input type="checkbox"/>
Ärger	<input type="checkbox"/>	Reue	<input type="checkbox"/>
Missmut	<input type="checkbox"/>	Scham	<input type="checkbox"/>
Erschöpfung	<input type="checkbox"/>	Unsicherheit	<input type="checkbox"/>
Angst	<input type="checkbox"/>	Verzweiflung	<input type="checkbox"/>



...

Andrada El-Akhras
Hellweg-Klinik Bielefeld
Ev. Johanneswerk e.V., Diakonie

Michael Knothe
Fachstelle Glücksspielsucht der Caritas
Rhein-Kreis Neuss

Vor(ur)teile manualisierter Therapie (siehe auch „Gruppentherapie“ Fiedler 2005)

- Durch Projektarbeit und teiloffene Vorgehensweise ergibt sich Flexibilität und individualisiertes Arbeiten
- Überschaubare Zielsetzungen
- Vermittlung von Sicherheit
- Weniger erlebte Belastungen und Anspannungen ergeben bessere Lernbedingungen

Vor(ur)teile manualisierter Therapie (siehe auch „Gruppentherapie“ Fiedler 2005)

- Kleingruppenarbeit: Auch zurückhaltende, ängstliche Pat. können sich leichter öffnen
- Wenig Gefahr, sich in oberflächliche Konflikte zu verstricken
- Verkürzte Therapiezeiten: Strukturiertes Arbeiten, um relevante Themen zu behandeln
- Auch für „Anfänger“ gut geeignet
- Standardisierung (Überprüf- und Wiederholbarkeit)

Neurobiologische Erkenntnisse

Durch häufiges Üben alternativer, konkurrierender Reaktionsabläufe werden bestehende pathologische Bahnungen reduziert.

Fazit:

Effizientes Lernen und oftmaliges Üben bekommt dadurch in der Psychotherapie einen neuen Stellenwert!