Glücksspiel – aber sicher!

Wichtige Informationen zu risikoarmem Glücksspiel.

TÜVRheinland®
Genau. Richtig.
Diese Broschüre wurde von TÜV Rheinland entwickelt.

LOTTO®
Berlin

18+

Teilnahme erst ab 18! Spielen kann süchtig machen. Infotelefon BZgA: 0800 137 27 00

Sehr geehrte Kundin, sehr geehrter Kunde,

Glücksspiele sind faszinierend: Abwechslung, Spannung, Hoffnung auf den „großen Gewinn“ oder die Suche nach dem „Kick“ machen Glücksspiele attraktiv. Glücksspiel ist Unterhaltung – sollte es zumindest sein!

LOTTO Berlin sorgt für einen sicheren Spielbetrieb, eine aktive Suchtvorbeugung und einen effektiven Jugend- und Spielerschutz. Wir möchten unsere Kunden für dieses Thema sensibilisieren, sowie Informationen geben und Hilfestellungen leisten. Besonders möchten wir Sie darüber informieren, wie Sie, Ihre Familie, Freunde und Bekannten risikoarm spielen können.

Was sind Glücksspiele?

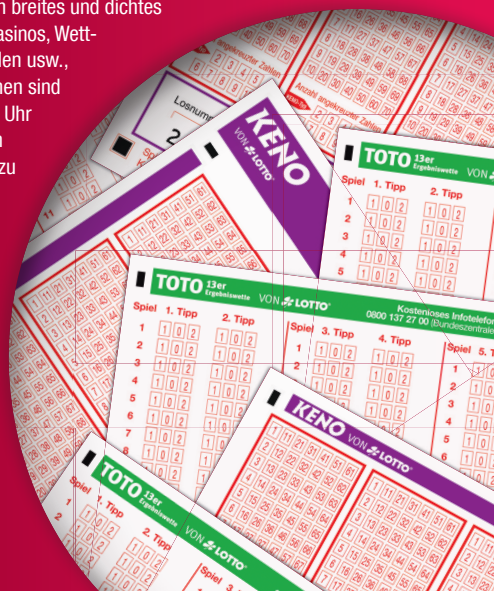
Glücksspiele sind Spiele, bei denen Geld eingesetzt wird, um mitspielen zu können. Der Ausgang von Glücksspielen lässt sich nicht beeinflussen und hängt überwiegend vom Zufall ab – nicht von Können, Wissen oder Geschicklichkeit. Alle Produkte von LOTTO Berlin sind Glücksspiele. Die Wahrscheinlichkeiten, bei den Glücksspielen von LOTTO Berlin zu gewinnen, sind sehr unterschiedlich. Unabhängig von der Gewinnwahrscheinlichkeit sollte man sich immer bewusst sein, dass bei jeder Spielteilnahme das Risiko besteht, den Spieleinsatz vollständig zu verlieren. Nähere Informationen zu den Gewinnwahrscheinlichkeiten der Produkte von LOTTO Berlin finden Sie unter **www.lotto-berlin.de**.

Glücksspiele haben unterschiedliche Suchtpotenziale.

Suchtpotenzial – was ist das?

Glücksspiele besitzen unterschiedlich hohe Suchtpotenziale und können zu übermäßigem Spielen oder sogar zur Glücksspielsucht führen. Tendenziell hohes Suchtpotenzial haben Glücksspiele, wenn sie …

- eine **schnelle Spielabfolge** aufweisen. Dies ist immer dann gegeben, wenn eine Entscheidung über Gewinn oder Verlust innerhalb einer sehr kurzen Zeit fällt. Das trifft z. B. bei Automaten- und Kasinospielen oder Internet-Roulette zu.
- die Spielerinnen und Spieler glauben lassen, **den Spielverlauf steuern** zu können. Dies kann z. B. durch die Stopp-Taste an Geldspielautomaten sowie durch Überschätzen der eigenen Fähigkeiten beim Pokern oder bei Sportwetten geschehen.
- mit **Fast-Gewinnen** arbeiten und das Gefühl geben, beinahe gewonnen zu haben. Dies ist gegeben, wenn z. B. die Walzen an den Spielautomaten fast eine Serie gezeigt hätten oder ein Sportereignis beinahe so ausgegangen wäre wie getippt. Diese Fast-Gewinne können zu der Annahme führen, die Möglichkeit eines Gewinns nur knapp verpasst zu haben. Dieses verleitet häufig zum Weiterspielen.
- mit **Ersatzwerteinheiten** arbeiten, d. h. der Umwandlung von Geldbeträgen z. B. in virtuelle Punkte (Internet, Geldspielautomaten) oder Jetons (im Kasino), und dadurch reale Geldeinsätze verschleiern. Dies kann dazu verleiten, höhere Einsätze zu tätigen als beabsichtigt und reale Verluste zu unterschätzen.
- in der Öffentlichkeit und im Internet **in hohem Maße verfügbar** sind: Es gibt ein breites und dichtes Angebot an Spielhallen, Kasinos, Wettbüros, Lotto-Annahmestellen usw., die häufig leicht zu erreichen sind und teilweise rund um die Uhr geöffnet haben. Es ist kein Problem, an Glücksspiele zu gelangen.



Was ist Glücksspielsucht?

Die meisten Menschen haben mit Glücksspielen kein Problem, aber manche können nicht mit ihnen umgehen und verlieren die Kontrolle über ihr Glücksspielverhalten. Menschen mit einem Glücksspielproblem entwickeln einen inneren Drang, immer wieder und immer weiter zu spielen, stetig steigende Spieleinsätze zu wagen und jedes Mal den Verlust des gesamten Einsatzes zu riskieren. Sie können, wenn sie erst einmal mit dem Glücksspiel angefangen haben, nicht mehr aufhören und nehmen fast jede Gelegenheit zum Spielen wahr. Dabei vernachlässigen sie ihre Familien, ihre sozialen Kontakte und das Berufsleben. Problematisches (= übermäßiges) oder pathologisches (= krankhaftes, süchtiges) Glücksspiel kann für die Betroffenen und ihr soziales Umfeld gravierende Folgen haben, einen Großteil der Lebenszeit einnehmen und das Alltagsleben völlig bestimmen. **Glücksspielsucht ist eine Krankheit!**

Ein Spieler beschreibt diese Erfahrung so:

> *„Wenn ich einmal mit dem Spielen angefangen habe, höre ich erst damit auf, wenn kein Geld mehr vorhanden ist. Wenn ich gewinne, spiele ich weiter, um noch mehr zu gewinnen; wenn ich verliere, muss ich weiterspielen, um das verlorene Geld zurückzugewinnen.“*

Glücksspielsucht ist das Ergebnis einer Entwicklung, die von vielen verschiedenen Faktoren bestimmt wird. Diese können sowohl im einzelnen Menschen (z. B. in mangelnden Problembewältigungsstrategien), in seinem sozialen Umfeld (z. B. in schwierigen Lebensbedingungen) und auch im Suchtpotenzial der Glücksspiele zu finden sein. Die Glücksspielsucht entwickelt sich langsam, schleichend, möglicherweise fast unmerklich über mehrere Jahre hinweg. Der Übergang von einem risikoarmen Glücksspielverhalten zu einem problematischen oder pathologischen Glücksspielverhalten ist fließend: Es gibt keinen festen Entwicklungspunkt, ab dem jemand glücksspielsüchtig ist. Glücksspielsucht verläuft bei allen Betroffenen unterschiedlich und zeigt andere Merkmale.

Kritisch wird es, wenn:

- die Gedanken oft um das Spielen kreisen.
- mehr Geld eingesetzt wird, als eigentlich beabsichtigt war.
- die Spieleinsätze stetig ansteigen.
- es schwer fällt, das Spielen einzuschränken oder zu beenden.
- die Familie vernachlässigt oder belogen wird und der Beruf hinten ansteht.
- man sich Geld für das Spielen ausleiht.

Wie entsteht Glücksspielsucht?

Glücksspielsucht entwickelt sich in der Regel in drei ineinander übergehenden Phasen:

- Größere oder mehrere kleinere Gewinne führen erst einmal zu positiven Gefühlen und Erfolgserlebnissen. Über 75% der Spielsüchtigen haben am Anfang ihrer Glücksspielsucht oft gewonnen. Gewinne werden als gute persönliche Leistung bewertet. Es werden immer höhere Beträge gesetzt, um mehr zu gewinnen. **Die Risikobereitschaft wächst.**
- Das Spielen wird immer intensiver und häufiger. Der Gedanke, wann das nächste Mal wieder gespielt werden kann, beherrscht den Spieler. Inzwischen wird mehr Geld verloren als gewonnen. Oft wird auch gespielt, um innere Unruhe oder Alltagsfrust zu vergessen. Spieler beginnen, ihr häufiges Spielen zu verheimlichen und fangen an, sich Geld zu leihen. **Es kommt zu Problemen in vielen Lebensbereichen.**
- Der zwanghafte Drang zu spielen führt zu wiederholtem Totalverlust, die Betroffenen sind getrieben von der falschen Überzeugung, verlorenes Geld wieder zurückzugewinnen. Das Spielen hat eine **Eigendynamik** entwickelt – Spieler verlieren die Kontrolle. **Pathologische Glücksspieler** versprechen sich selbst und anderen immer wieder, mit dem Spielen aufzuhören. Daran scheitern sie oft, was zu Selbstverachtung und Verzweiflung führt. Finanzielle Katastrophen lassen sich kaum mehr verbergen, geschweige denn aufhalten.

Wie ist das bei Ihnen – sind Sie gefährdet?

Mit dem folgenden Selbsttest können Sie einschätzen, ob Ihr Glücksspielverhalten schon als kritisch einzustufen ist:

	ja	nein
Ist es in der Vergangenheit vorgekommen, dass Sie sich über einen längeren Zeitraum (2 Wochen oder länger) gedanklich intensiv mit zurückliegendem oder zukünftigem Glücksspiel beschäftigt haben?	☐	☐
Haben Sie jemals gegenüber Menschen, die Ihnen wichtig sind, über das Ausmaß Ihres Spielens lügen müssen?	☐	☐
Haben Sie jemals versucht, mit dem Spielen aufzuhören, es zu verringern oder zu kontrollieren?	☐	☐

Jede mit „ja“ beantworte Frage könnte ein Hinweis auf ein kritisches Glücksspielverhalten sein! Um noch genauer abzuklären, ob Sie ein Glücksspielproblem haben, können Sie unter **www.spielen-mit-verantwortung.de** einen ausführlichen Selbsttest zu Ihrem Spielverhalten machen. Auch das kostenlose BZgA-Beratungstelefon zur Glücksspielsucht **0800-1372700** kann Ihnen dabei helfen, das eigene Verhalten zu überprüfen und es möglicherweise zu verändern. Informationen zu Beratungsstellen finden Sie im Abschnitt **Beratung und Hilfe** am Ende dieser Broschüre.

SICHER SPIELEN

So spielen Sie verantwortungsbewusst!

- Erhalten Sie sich die Freude am Spielen. Denken Sie immer daran: Glücksspiel ist Unterhaltung, kein Gelderwerb!
- Bedenken Sie: Der Ausgang des Glücksspiels hängt überwiegend vom Zufall ab – nicht von Können, Wissen oder Geschicklichkeit. Es besteht immer die Möglichkeit, den gesamten Spieleinsatz zu verlieren. Gehen Sie keine unnötigen Risiken ein, um Verluste auszugleichen.
- Spielen Sie nur mit Geld, das Ihnen selbst gehört und das Sie zum Spielen übrig haben. Verplanen Sie einen möglichen Gewinn nicht schon im Voraus.
- Spielen Sie nicht in schlechter Stimmung und nicht unter dem Einfluss von Alkohol oder Medikamenten.
- Spielen Sie nicht, um Problemen zu entfliehen.
- Machen Sie den Selbsttest und schauen Sie, ob Ihr Glücksspielverhalten noch risikoarm ist.

So bleibt der Spaß am Spiel garantiert!

Angehörige von Menschen mit einem Glücksspielproblem

Wie wirkt sich ein Glücksspielproblem auf Familie und Angehörige aus?

Zu Beginn einer „Spielerkarriere“ akzeptieren Angehörige häufig das Glücksspiel, da es ein Freizeitspaß zu sein scheint und negative Folgen noch nicht erkennbar sind.

Es sind aber oft die Angehörigen, die nach einiger Zeit erste Hinweise auf ein Glücksspielproblem erkennen. Sie stellen fest, dass sich das betroffene Familienmitglied zunehmend mit dem Glücksspiel beschäftigt und immer seltener zu Hause ist. Erste Zweifel, „dass irgendwas nicht stimmt“, verharmlosen Angehörige oft zur eigenen Beruhigung. Wenn das Glücksspielproblem des Familienmitglieds erkennbar wird, sind sie häufig sehr besorgt und versuchen zu helfen, gleichzeitig sind sie aber unsicher, was sie sinnvollerweise tun können.

Angehörige versuchen, alles in ihrer Macht Stehende zu tun, z. B. bezahlen sie offene Rechnungen oder Glücksspielschulden des Betroffenen, sichern die Miete für den nächsten Monat oder verleihen Geld zum Spielen. Der Betroffene wird bei diesem Vorgehen nicht in die Verantwortung zur Lösung des Problems genommen. Wenn die Angehörigen und das familiäre Umfeld versuchen, „alles zu regeln“, nennt man dies Co-Abhängigkeit. So dreht sich in der Familie alles um das spielende Familienmitglied – eine Lösung des Glücksspielproblems wird dadurch allerdings eher verhindert und die Zeit der Glücksspielsucht verlängert.

Die Familien geraten immer tiefer in finanzielle Not. Neben dem ständigen Bemühen, das Glücksspielproblem zu „vertuschen“, wirken sich oft besonders die finanziellen Folgen schwerwiegend auf die Lebensqualität der Familienangehörigen aus.

Auch ständige Auseinandersetzungen mit Geldgebern, Vermietern oder Banken führen Angehörige an die Grenzen ihrer Kräfte. Oft kommt es hierdurch zu psychosomatischen Beschwerden wie Schlafstörungen oder Depressionen. Häufig greifen Angehörige auch selbst zu Alkohol oder Medikamenten. Ohnmachtsgefühle, Wut, Angst und Panik führen nicht selten zu einem emotionalen Zusammenbruch. Die Angehörigen suchen die Schuld und Verantwortung für die Probleme häufig bei sich selbst.

Warum sind Kinder von Glücksspielsüchtigen besonders betroffen und in ihrer Entwicklung gefährdet?

Die finanziellen Probleme können die körperliche und soziale Situation der Kinder beeinträchtigen. Beispielsweise fehlt das Geld für eine ausgewogene Ernährung, den Schulausflug, das Geburtstagsgeschenk für Klassenkameraden oder für die Mitgliedschaft in einem Sportverein. Die Teilnahme am gesellschaftlichen Leben wird dadurch für Kinder erschwert oder verhindert.

Kinder leiden besonders darunter, dass der spielende Elternteil sie kaum noch wahrnimmt. Dessen häufige Abwesenheit erleben sie als Verlust von Sicherheit, Vertrauen und Geborgenheit. Das Selbstwertgefühl der Kinder wird durch viele Enttäuschungen und Beschämungen, aber auch durch die finanzielle Notlage verletzt. Unterstützung und Hilfe von außen werden u. a. aus Scham oft nicht angefragt oder in Anspruch genommen.

Kinder von glücksspielsüchtigen Eltern können in einem Familienklima, in dem die Glücksspielsucht geleugnet wird, keine angemessenen Verhaltensweisen zur Lösung von Problemen entwickeln. Die Geheimhaltung familiärer Probleme erschwert es Kindern, offen Kontakte einzugehen und Freundschaften zu entwickeln. Helfen Sie Ihrem Kind, über seine Probleme zu sprechen!

HELFEN

HELFEN LASSEN

Und was können Angehörige und Freunde tun?

Als Familienangehörige/r oder Freund/in eines Menschen mit Glücksspielproblemen sollten Sie auf sich selbst und Ihre eigenen Grenzen achten – in finanzieller und emotionaler Hinsicht! Die langfristig einzig wirksame Unterstützung erfahren Glücksspielsüchtige dadurch, dass sie lernen, die Folgen ihres Verhaltens selbstverantwortlich zu tragen – nicht, indem Angehörige oder Freunde versuchen, diese Probleme zu regeln.

Wir möchten Ihnen einige Empfehlungen geben, die für Sie im Alltag entlastend sein können.

- Trauen Sie Ihrer Wahrnehmung und nehmen Sie das Glücksspielproblem als solches wahr!
- Verharmlosen Sie das Glücksspielproblem nicht! Sprechen Sie Ihre Beobachtungen deutlich an, ohne zu verurteilen. Fordern Sie den Betroffenen auf, sich Hilfe zu holen, um der Familie und Freunden nicht zu schaden. Suchen Sie für dieses Gespräch einen passenden Zeitpunkt und eine Situation „unter vier Augen".
- Verleihen Sie kein Geld, übernehmen Sie keine Bürgschaften und helfen Sie nicht beim Begleichen der Schulden. Verleihen Sie nicht Ihre Kredit- oder Kontokarte!
- Kümmern Sie sich auch um sich – nicht nur um das Glücksspielproblem. Pflegen Sie private Beziehungen, Kontakte und Freundschaften.
- Spielersperre: Es besteht die Möglichkeit, bei LOTTO Berlin eine Spielersperre für den Betroffenen zu beantragen, der sodann von unserer Jugend- und Spielerschutzbeauftragten angehört wird. Im Fall einer Sperre wird die Teilnahme an den Angeboten der Spielbanken und der kundenkartenpflichtigen Spielangebote von LOTTO Berlin (TOTO, KENO) verhindert. Bevor Sie eine Fremdsperre beantragen, sollten Sie jedoch zunächst versuchen, den Betroffenen davon zu überzeugen, selbst eine Spielersperre zu beantragen (sogenannte Selbstsperre). Haben Sie Fragen zum Thema Spielersperren? Dann schreiben Sie uns eine E-Mail an spielerschutz@lotto-berlin.de.
- Nehmen Sie Hilfe in Anspruch! Lassen Sie sich **anonym und kostenlos** beraten. Kontaktdaten finden Sie im folgenden Abschnitt.

TÜVRheinland®
Genau. Richtig.
Diese Broschüre wurde von TÜV Rheinland entwickelt.

Hinweis: Textpassagen stammen aus den Broschüren „Wenn Spiel zur Sucht wird – Informationen zur Glücksspielsucht" (Ausgabe 2013), „Erste Hilfe für Angehörige" (Ausgabe 2013) sowie „Total verzockt?! Infos zur Glücksspielsucht für Jugendliche und junge Erwachsene" (Ausgabe 2013) der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA), Köln. Die Nutzung erfolgt mit freundlicher Genehmigung der BZgA.

Stand 11.03.2015

Beratung und Hilfe

Glücksspielsucht ist als Krankheit anerkannt. Krankenkassen, Rentenversicherungs- und Sozialhilfeträger übernehmen die Kosten für anerkannte Behandlungen. Neben ambulanten und stationären Behandlungsmöglichkeiten für Betroffene bestehen viele Beratungsangebote für Angehörige bei nachfolgenden Organisationen:

BZgA-Infotelefon zur Glücksspielsucht
anonym und kostenlos
Telefon: **0800-1372700**, Internet: **www.spielen-mit-verantwortung.de**
Beratungszeiten: Mo–Do 10–22 Uhr, Fr–So 10–18 Uhr
Das **Beratungstelefon** bietet persönliche Beratung und Information zum Thema Glücksspielsucht. Sie erfahren dort, welche Hilfsmöglichkeiten Sie an Ihrem Wohnort in Anspruch nehmen können.
Unter www.spielen-mit-verantwortung.de finden Sie umfangreiche Informationen zum Glücksspiel und zu Beratungsangeboten.

Café Beispiellos
Caritasverband für Berlin e. V.
Beratungsstelle für Glücksspielabhängige und deren Angehörige
Wartenburgstraße 8 · 10963 Berlin · Telefon: 030-666 33 9 55

Fachstelle für Suchtprävention Berlin gGmbH
Entwicklung und Umsetzung suchtpräventiver Projekte sowie Vermittlung an Beratungsstellen und in Selbsthilfegruppen
Mainzer Straße 23 · 10247 Berlin · 030-29 35 26 15
www.berlin-suchtpraevention.de · info@berlin-suchtpraevention.de

Charité – Universitätsmedizin Berlin
Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie/Charité Campus Mitte (CCM)
AG Spielsucht · Bonhoefferweg 3 · 10117 Berlin
Beratungshotline: 030-450 617 333 (Di–Do 10–16 Uhr),
Terminvereinbarung: 030-450 617 123

Telefonseelsorge: 0800-111 0 111 oder **0800-111 0 222**
Die Telefonseelsorge ist rund um die Uhr zu erreichen. Sie finden dort Hilfestellung und Beratung zu allen Lebensbereichen und besonders in krisenhaften Situationen. Unter **www.telefonseelsorge.de** gibt es auch die Möglichkeit einer Chat- oder E-Mail-Beratung.

DEUTSCHE KLASSENLOTTERIE BERLIN

Brandenburgische Straße 36 · 10707 Berlin
Kundenbetreuung: +49 30 89 05-14 44
Fax: +49 30 89 05-15 17
E-Mail: info@lotto-berlin.de · www.lotto-berlin.de

THE EUROPEAN LOTTERIES
RESPONSIBLE GAMING CERTIFIED