

„Sie hatten Glück – das war Ihr Pech“ **Glücksspielsucht bei Frauen**

Wer mit offenen Augen durch Wien geht, dem kann eines nicht entgehen: Die Anzahl der Wettbüros, Kartencasinos, Play&Win Lokale und wie sie alle heißen mögen, steigt rapide – ja beinahe täglich- an. An jeder Ecke schießen sie wie Pilze aus dem Boden und versuchen ihre Kundschaft mit verlockenden Gewinnchancen auf das „große Geld“ anzulocken. Immer mehr Menschen verfallen jährlich dieser Abhängigkeit und geraten immer mehr in die Spirale von Spielen und suchtartigem Glücksspiel.

In meiner Arbeit mit Menschen, die vom Glücksspiel abhängig geworden sind, begleite ich Männer und Frauen auf dem langen Weg heraus aus dieser oft schwerwiegenden Sucht, die nicht selten in den völligen psychischen und finanziellen Zusammenbruch der Betroffenen führt. Pathologisches Spielen, wie es im „Fachjargon“ heißt, gilt seit 1991 offiziell als eine chronisch verlaufende Suchterkrankung und beginnt meist völlig harmlos und unauffällig.

Nicht jede/r, der/die gerne spielt, ist bereits „spielsüchtig“. Das Glücksspiel gehört zu unserem Alltag und wird von vielen Menschen als angenehme Freizeitbeschäftigung verstanden. Spielen als Spaß am Spiel selbst, mit gewissen Grenzen, stellt noch keine Gefährdung dar und ist so alt wie die Menschheit selbst. Jedoch kann sich, wenn eine gewisse Labilität, schwierige Lebensumstände, Depressionen, Suchterkrankungen in der Herkunftsfamilie dazukommen, im Verlauf von oft mehreren Jahren ein immer exzessiveres Spielverhalten heraus entwickeln. Es lässt sich schwer feststellen, ab welchem Zeitpunkt das Spielen eindeutig problematisch zu werden beginnt, denn die Übergänge sind zumeist fließend und zu Beginn ist das Spielen meist harmlos.

Es ist zu beobachten, dass in den letzten Jahren immer mehr Frauen in die Spirale der Glücksspielabhängigkeit geraten, Tendenz steigend. Die Gründe dafür sind vielfältig, so z.B. ist das „Familieneinkommen“ immer weniger nur vom Einkommen des Mannes abhängig und immer mehr Frauen sind wirtschaftlich unabhängiger und autonomer. Dadurch haben Frauen mehr „Spielräume“ und tendieren immer mehr „nach außen“. Die Risikobereitschaft wird höher und zusätzlich versuchen Frauen tendenziell eher als Männer ihre Probleme durch „unauffällige“ Süchte – z.B. Spielen im Internet- zu „lösen“.

Wie äußert sich nun das Phänomen der „Spielsucht“? Problematisches Glücksspielverhalten zeigt sich darin, dass die Spielerin die Fähigkeit, mit dem Spielen aufzuhören, wenn sie einmal damit begonnen hat und die Fähigkeit, sich des Spielens zu enthalten, verloren hat. Diese Erfahrung wird als unwiderstehlicher Zwang und Drang erlebt – so wie bei anderen Süchten.

Diese Erfahrung schildern Betroffene – unabhängig von Alter, Geschlecht oder sozialer Stellung auf folgende Art und Weise: „ Wenn ich einmal mit dem Spielen begonnen habe, dann höre ich erst auf, wenn überhaupt kein Geld mehr da ist. Wenn ich gewinne, spiele ich weiter, um meinen Gewinn noch zu vergrößern und wenn ich verliere, muss ich weiterspielen, um mein verlorenes Geld zurückzugewinnen.“ Es wird sogar häufig als Erleichterung empfunden, wenn kein Geld mehr da ist, „damit man nicht mehr weiterspielen muss.“ So ist es keine Seltenheit, dass betroffene Spielsüchtige oft tagelang durchgehend vor dem Automaten sitzen und erst aufhören, wenn sie fast zusammenbrechen.

Wie bei jeder Suchterkrankung, gibt es auch hier verschiedene Erkrankungsphasen und die vielfältigsten Folgeerscheinungen. Mitbetroffen mit der spielenden Person ist natürlich zumeist die ganze Familie, die sehr unter der zunehmenden Verschuldung, den Lügen und Ausreden der spielsüchtigen Person zu leiden hat. Das exzessive Glücksspiel führt häufig zu schweren Beziehungskrisen, hohen Schulden, Problemen am Arbeitsplatz und durch die Vernachlässigung von Schlaf und gesunder Ernährung häufig auch zu psychosomatischen Beschwerden, wie z.B. Schlafstörungen, Magenbeschwerden, Kopfschmerzen, Wirbelsäulenproblemen usw.. Eine weitere Folge sind Schuldgefühle und Selbstvorwürfe und wenn dem/der SpielerIn bewusst wird, dass die persönliche Existenz und familiäre Beziehungen zerstört sind, sieht er/sie häufig keinen Sinn mehr im Leben. Die empfundenen Belastungen und Sorgen führen dann schließlich oft zu depressiven Verstimmungen und Suizidgedanken und Suizidversuchen.

Was bedeutet Abhängigkeit?

Als medizinischer Begriff hat Abhängigkeit eine andere Bedeutung als im Alltagsleben. Abhängigkeit zeigt sich vor allem darin, dass Drogen oder bestimmte Verhaltensweisen zur dauernden Problembewältigung, als Flucht oder Ersatzhandlung eingesetzt werden. Wenn nun dieses Verhalten immer wieder eingesetzt wird und es somit zu Gewöhnungseffekten kommt, kann sich daraus eine „Sucht“ entwickeln, deren zentrale Merkmale die Unfähigkeit zur Kontrolle (=Kontrollverlust), die Unfähigkeit zur Abstinenz und die Tendenz, immer mehr des süchtigen Verhaltens zu zeigen, sind. Die Sucht entwickelt dann zunehmend eine Eigendynamik und reicht in immer mehr Bereiche des abhängigen Menschen hinein. Ab einem gewissen Stadium der Abhängigkeit gelingt es dann der betroffenen Person alleine nicht mehr, sich aus der Suchtspirale zu befreien.

Was nun die pathologische Spielsucht anbelangt, gibt es ein paar herausragende Kriterien, die diese Erkrankung kennzeichnen:

- 1) Der/die SpielerIn ist stark eingenommen vom Glücksspiel
- 2) Er/sie muß immer höhere Einsätze spielen, um die gewünschte Erregung zu erreichen
- 3) Es wurden wiederholt Versuche unternommen, das Glücksspiel zu kontrollieren, einzuschränken oder ganz aufzugeben – jedoch ohne Erfolg
- 4) Die betreffende Person ist gereizt und unruhig beim Versuch, das Spielen aufzugeben bzw. einzuschränken
- 5) Es wird gespielt, um Problemen zu entkommen oder auch um unangenehme Gefühle (z.B. Depressionen, Angst, Schuldgefühle..) zu erleichtern
- 6) Er/sie kehrt nach einem (hohen) Geldverlust durch das Spielen am nächsten Tag zurück, um den Verlust auszugleichen (dem Verlust „hinterherjagen“)
- 7) Es wird gelogen, um das Ausmaß der bereits vorhandenen Verstrickung in das Spielen zu vertuschen
- 8) Er/sie hat den Arbeitsplatz oder eine wichtige Beziehung wegen des Spielens gefährdet oder bereits verloren

Wenn von diesen Kriterien mehr als vier auf jemanden zutreffen, dann ist diese Person bereits spielsüchtig und bedarf fachlicher, kompetenter Hilfe.

Wie bei jeder Abhängigkeit ist der „Weg heraus“ ein nicht allzu leichter und bedarf eines langen Atems auf Seiten der betroffenen Person und des Umfeldes. Frauen, die in die Glücksspielsucht hineingerutscht sind, müssen sich oft noch zusätzlich mit der Trennung des

Partners herumschlagen, da Männer von Spielerinnen nachgewiesener weise häufiger die Frau verlassen als umgekehrt.

Frauen haben hier zumeist noch einen härteren Weg vor sich, da es für Männer (noch immer) „gesellschaftsfähiger“ ist, eine Spielsucht zu haben. In der Beratungsstelle für GlückspielerInnen ist der Hauptanteil der Betroffenen noch immer männlich – allerdings holen die Frauen langsam, aber stetig, auf!

Viele Frauen, die betroffen sind vom krankhaften Spielzwang, seien es nun Automaten, Internet, Casino etc, gehen erst nach vielen leidvollen Erfahrungen und vielen „Selbstversuchen“, das Spielen aufzugeben, in eine Beratungsstelle. Viele Scham- und Schuldgefühle halten oft lange davon ab, viel früher Hilfe für sich in Anspruch zu nehmen. Wie bei jeder Sucht braucht es aber auch hier kompetente Unterstützung, um den Teufelskreis des Spielens, Verlierens und Gewinnens zu durchbrechen.

Der erste Schritt heraus ist, wie bei jeder langfristigen Verhaltensänderung, eine klare Erhebung und Analyse, wo die betroffene Person denn momentan steht und wie die Abhängigkeit zustande gekommen ist. Ganz wesentlich ist das Gespräch über Emotionen, Ängste und sich überhaupt einmal jemandem mitzuteilen, der die betreffende Person versteht und respektiert, egal wo sie steht, nach dem Motto: Reden hilft und heilt! Wenn dieser wichtige Schritt einmal getan ist und konsequent weiter gearbeitet wird, gibt es auch für diese Abhängigkeit sehr gute Chancen, beendet werden zu können. Als Ziel winkt ein spielfreies Leben, wo die betreffende Person langsam wieder „zu sich findet“, neue Hobbies entdeckt, Beziehungen vertieft und insgesamt gesehen einfach wieder „frei“ als Mensch leben kann.