

laut & leise

Magazin der Stellen für Suchtprävention im Kanton Zürich
Nr. 3, Oktober 2014, erscheint dreimal jährlich, Jahresabonnement Fr. 20.–



Glücksspielsucht

Sucht beginnt im Alltag.
Prävention auch.

Die Stellen für Suchtprävention
im  Kanton Zürich

Heimliche Liaison mit dem Spiel

Speziell am Angebot des Zentrum für Spielsucht und andere Verhaltens Süchte ist, dass sowohl die Prävention als auch die Behandlung unter einem Dach angeboten werden. Anhand eines anonymisierten Fallbeispiels wird in diesem Artikel skizziert, was eine Behandlung leisten kann. Grundsätzlich versucht eine gelingende Therapie, die Versöhnung mit der Vergangenheit zu erlangen.

Text: Dr. phil. Ines Bodmer

Wenn du gewinnst, willst du mehr – wenn du verlierst, willst du es zurück! Pränanter lassen sich die Fallstricke, in die sich problematische Spieler verheddern, nicht beschreiben. Bevor Robert (55) zu dieser Formulierung fand, verlor er in mehreren Spielphasen einen mittleren sechsstelligen Betrag und beinahe auch seine Frau. Niemals mehr will er sich an Geldspielautomaten versuchen. Zu oft hat er die Erfahrung gemacht, dass er Gewinne nicht realisieren und Verluste nicht ertragen kann. Nicht alle Spieler, die sich am Zentrum für Spielsucht und andere Verhaltens Süchte in Zürich behandeln lassen, wählen derart entschlossen den Weg der Abstinenz.

Therapeutische Haltung

Therapeuten stehen Veränderungen von Berufs wegen positiv gegenüber. Ein häufiger Kunstfehler ist deshalb, dass sie selber die Veränderungsposition übernehmen. Und ehe sie sich versehen, lehnen

sich die Klienten zurück und nehmen eine Konsumhaltung an, im Stil von: «Ja, dann machen Sie mal!» Insbesondere in angeordneten Therapien lauert diese Gefahr. Mit Klienten, die nur auf Druck der Justiz, des Arbeitgebers oder der Angehörigen kommen, muss erst an der Eigenmotivation gearbeitet werden. Die therapeutische Herausforderung lautet dann: «Wie schaffe ich es, dass die Klienten von sich aus etwas wollen?»

Suchtgeschichten sind individuelle Entwicklungen. Wir behandeln Menschen, keine Diagnosen. In der Einzeltherapie versuchen wir, die Entgleisung des Spielverhaltens in die persönliche Biografie einzuordnen.

Dass die Förderung der intrinsischen Motivation kaum überschätzt werden kann, lässt sich auch dem verbreiteten Fünf-Phasen-Modell der Veränderung entnehmen. Das Modell unterscheidet folgende Stufen der Veränderung: die Vorphase des Nachdenkens (precontem-

plation), die Phase des Nachdenkens (contemplation), die Phase der Vorbereitung (preparation). Erst nach diesen drei Stufen kommt die sichtbare Veränderung, die Handlungsphase (action), gefolgt von der Durchhaltephase (maintenance). Die Aufgabe der Therapie ist es zu erkennen, in welcher Phase sich der Klient befindet, und ihr nicht vorzugreifen, ihn also dort abzuholen, wo er sich befindet, statt die Veränderungsmotivation selbst zu übernehmen.

Dem eingangs erwähnten Spieler, Robert, mangelte es nicht an Therapiemotivation. Die Kontaktaufnahme mit dem Zentrum war bereits Teil der Handlungsphase. Sein Anliegen war die Rettung seiner Ehe. Hierfür wollte er alles tun. Gegenüber diesem erklärten Ziel erwies sich die Spielabstinenz als vergleichsweise einfach. Er ergriff die Möglichkeit, sich bei den Schweizer Spielbanken sperren zu lassen, den Onlinecasinos misstraute er ohnehin, die illegalen terrestrischen Angebote waren ihm fremd. Auf Drängen seiner Frau

Lebensgeschichtliche Einordnung

stellte er sogar das Jassen ein. Die seit Jahren getätigten wöchentlichen Einsätze im Zahlenlotto hingegen schienen beide erstaunlicherweise nicht zu beunruhigen.

Suchtgeschichten sind individuelle Entwicklungen. Wir behandeln Menschen, keine Diagnosen. In der Einzeltherapie versuchen wir, die Entgleisung des Spielverhaltens in die persönliche Biografie einzuordnen. Wir entwickeln Hypothesen, die zum Verständnis beitragen sollen. Verstehen statt Agieren. Die Sinngebung nimmt dem Geschehen die bedrohliche Zufälligkeit. Dabei gilt es vorsichtig zu sein mit kausalen Verknüpfungen. Der

Satz: «Ich habe gespielt, weil ich überfordert war», suggeriert eine irreführende Zwangsläufigkeit. Besser sind Feststellungen der Art: «Vor dem Hintergrund beruflicher Misserfolge spielte ich immer unkontrollierter». Darauf lassen sich Überlegungen anstellen, wie der Klient grundsätzlich mit Schwierigkeiten umgeht und ob andere, weniger selbstschädigende Verhaltensweisen zur Verfügung stehen oder erworben werden können.

Robert etwa befand sich zur Zeit seines ersten und dramatischsten Spielexzesses als junger Mann und frischgebackener Familienvater in einer beruflichen Sackgasse. Im Aussendienst hätte er Artikel verkaufen sollen, die – wie sich später herausstellte – unverkäuflich waren. Selber aus zerrütteten Verhältnissen stammend, mit jähzornigem, gewalttätigem und früh verstorbenem Vater, hat er nie eine gesunde Form von Aggression im Sinne von Selbstdurchsetzung erfahren. Statt bei Arbeitgeber und Ehefrau seinen Mann zu stehen, sich zu wehren, zu erklären, Konsequenzen zu ziehen, entzog er sich in Kneipen und Casinos, den Erfolg im stummen Dialog mit Geldspielautomaten herbeiträumend.

Einzel-, Paar- und Gruppentherapie

Die Therapie erfolgte in unterschiedlichen Settings. Neben der Einzeltherapie besuchte er die 14-täglichen Gruppensitzungen, in denen er als älterer, rückfallgeprüfter Spieler mit langen Abstinenzphasen bald eine positive väterliche Rolle übernahm. Schwieriger gestaltete sich die Paararbeit. Während Robert an seinen Schuldgefühlen zu ersticken drohte, schmorte seine Frau in bitterem Groll. Die Parathematik ähnelt derjenigen der Untreue. Der Spieler ist eine heimliche Liaison mit dem Spiel eingegangen. Jetzt ist die Affäre aufgefliegen, das Vertrauen gebrochen. Die moralische Schuld wiegt schwer, oft schwerer als die monetäre. «Das Geld könnte ich noch verschmerzen; dass er gelogen hat, kriege ich nicht auf die Reihe», ist die typische Klage be-

trogener Partnerinnen. Soll eine Beziehung auf Augenhöhe wieder möglich werden, wird beiden Seiten eine enorme Leistung abverlangt. Er muss zu seinen Handlungen stehen, seiner Partnerin in die Augen schauen können, gereift an Selbsterkenntnis die Haltung gewinnen: «Ja, das bin ich, das gehört auch zu mir». Sie, auf der anderen Seite, muss Kränkun-

Einmal süchtig – immer süchtig?

Wie Robert und seine Frau sind Betroffene und ihr Umfeld oft überzeugt, dass ein Rückfall geradlinig zurück in die Suchthölle führt. Das hat etwas von einer selbsterfüllenden Prophezeiung. Wer denkt, nach einem Glas sei sowieso schon alles verloren, der wird die Flasche leeren.

Wahlfreiheit zurückfinden zu können? Wenn sie erkennen, welches Erleben sie mit dem süchtigen Verhalten suchen, und Wege finden, auch ohne das schädigende Suchtmittel wenigstens in die Nähe dieses ersehnten Zustandes zu kommen, dann verlieren die Spielimpulse ihren Cravingcharakter und können als Einladungen erlebt werden. Einladungen lassen sich ablehnen, selbstbestimmt und autonom.

Wer denkt, nach einem Glas sei sowieso schon alles verloren, der wird die Flasche leeren. Wieso dem Rückfall so viel Macht zusprechen? Auch Schadensbegrenzung ist ein Erfolg.

gen überwinden und Ansprüche, Vorwürfe sein lassen können. Versöhnen heisst auf eine bessere Vergangenheit verzichten. Das gilt für beide. Daran haben wir in einem guten Dutzend Paarsitzungen gearbeitet.

Wieso dem Rückfall so viel Macht zusprechen? Auch Schadensbegrenzung ist ein Erfolg. Fataler noch ist die Schicksalhaftigkeit, die im Konzept «einmal süchtig – immer süchtig» mitschwingt. Wieso den Klienten die Kompetenz absprechen, zur

■
Dr. phil. Ines Bodmer, Fachpsychologin für Psychotherapie FSP, arbeitet im Zentrum für Spielsucht und andere Verhaltenssuchte in der Abteilung Behandlung.

