

## **Gefahr Glücksspiel: Von der Spielsucht in die Einsamkeit**

Online Spiele, Poker oder Glücksspiele im Internet werden immer beliebter. Mit steigendem Angebot steigt auch die Zahl der Spielsüchtigen an.

Viele Personen, vor allem Jugendliche und junge Erwachsene versuchen durch Onlinespiele vor Problemen im Alltag, auf der Arbeit oder in der Partnerschaft zu flüchten oder sehen in Glücksspielen einen besonderen Kick und die Chance auf das große Geld. Durch Siege und Triumphe werden nicht nur Glückshormone freigesetzt und das Selbstwertgefühl gesteigert, sondern lenkt auch von den bestehenden Problemen für eine Zeit lang ab.

Die Ernüchterung lässt meist nicht lange auf sich warten, ein böses Erwachen ist fast immer vorprogrammiert. Irgendwann können Glücksspiele von den Sorgen des Alltags nicht mehr ablenken, Geld geht bei der Anmeldung bei Gewinnspielen oder beim Einsatz von Spielen verloren, Schulden treten auf. Die scheinbar heile Welt, in die sich viele geflüchtet haben, beginnt langsam zu bröckeln. Partnerschaften und Freundschaften drohen durch leichte Reizbarkeit, gesteigerte Nervosität und persönlicher Unzufriedenheit zu zerbrechen. Daneben können sich gesundheitliche Probleme wie Schlafstörungen, Angst und Zittern auftreten.

In vielen Fällen kann nur eine Therapie helfen, von der Spielsucht wieder loszukommen. Ärzte, Selbsthilfegruppen oder Therapeuten können dabei helfen, Ursachen der Sucht zu finden und Alternativen aufzuweisen. Tätigkeit und Mitarbeit in Vereinen oder die Freizeitgestaltung mit Freunden helfen dabei, Freundschaften zu erhalten, wieder neue Kontakte aufzubauen und Ablenkung zu verschaffen.

Da Betroffene eine Sucht oftmals nicht selbst wahrhaben wollen, sollte Angehörige sachlich und ruhig darauf hinweisen, Hilfe anbieten und das Gefühl geben, nicht alleine zu sein und Perspektiven aufweisen.