



# Glücksspiel als Sucht

Laut einer Umfrage der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) aus dem Jahr 2019 zum Glücksspielverhalten in Deutschland, haben 75,3 % der Befragten im Alter zwischen 16-70 Jahren irgendwann in ihrem Leben an einem Glücksspiel teilgenommen. 37,7 % der Befragten gaben an, in den letzten 12 Monaten an einem Glücksspiel teilgenommen zu haben. Den meisten von ihnen bereitet das auch keine Schwierigkeiten und sie können das Glücksspielen ohne Probleme in ihren Alltag integrieren.

Einigen Menschen jedoch gelingt dies nicht, sie entwickeln ein riskantes Spielverhalten. Trotz z. B. größerer finanzieller Verluste können sie nicht aufhören, weiter zu spielen. Ein solches Verhalten kann sich zu einer Sucht entwickeln, dem sogenannten pathologischen Glücksspiel.

Aktuellere Zahlen des Glücksspiel-Survey 2021 vom Institut für interdisziplinäre Sucht- und Drogenforschung (ISD) und der Universität Bremen zeigen, dass in etwa 30 % der Befragten in den letzten 12 Monaten vor der Befragung an mindestens einem Glücksspiel teilgenommen haben. Ferner zeigen die Daten, dass etwas mehr als 2 % der Befragten an einer leichten, mittleren oder schweren Glücksspielstörung leiden.

---

## Glücksspielsucht

Pathologisches Glücksspielen, wie man die Glücksspielsucht in der Medizin nennt, gehört zu den sogenannten Verhaltenssuchten. Sie ist also eine Suchtform, die nicht durch eine psychoaktive Substanz (z. B. Alkohol oder Nikotin) charakterisiert ist.

Ein Mensch, der zu viel spielt, kann die Kontrolle über sein eigenes Verhalten verlieren. Aber natürlich gibt es nicht eine Ursache bzw. mehrere, eindeutige Ursachen, die zu einer Sucht führen. Vielmehr liegt einer Sucht ein Gefüge individueller, sozialer und biologischer Faktoren zugrunde. Konsum und Missbrauch dienen häufig dazu, Anforderungen des Alltags zu bewältigen oder diesen zu entfliehen, Gefühle zu verdrängen oder erträglicher zu machen, Leere auszufüllen und Langeweile zu ertragen. Treffen bestimmte Faktoren aus den Bereichen Suchtmittel, Person und Umfeld zusammen, kann eine Glücksspielsucht entstehen.

Unter dem Faktor Person lassen sich sowohl körperliche, als auch psychische Eigenschaften einbeziehen. Insbesondere geringes Selbstwertgefühl, mangelnde Fähigkeit mit Enttäuschungen, Belastungen, Schwierigkeiten und Problemen umzugehen, aber auch eine hohe Bereitschaft Risiken einzugehen, gelten als Risikofaktoren für eine Suchtentwicklung.

Das Umfeld umfasst die Familie, den Arbeitsplatz, den Kindergarten, die Schule, den Freundeskreis, Freizeiteinrichtungen etc. In den genannten Lebensbereichen können sich die von Menschen individuell wahrgenommene Belastungssituationen und Gewohnheiten suchtfördernd auswirken. Belastungsfaktoren sind z. B. fehlende soziale Beziehungen, Leistungs- und Konkurrenzdruck, schlechte Berufs- und Lebensaussichten, Arbeitslosigkeit, Schulden, unzureichende Wohnverhältnisse, mangelnde Wertschätzung und Überforderung.

Der Verlauf einer Suchtentwicklung wird darüber hinaus auch durch die Eigenschaften der Suchtmittel selbst, also durch die spezifische Art des Glücksspiels sowie durch die Konsumdauer und -häufigkeit beeinflusst. Ein Gewinn beim Glücksspiel führt z. B. zu einem positiven Gefühl. Um dieses Gefühl erneut zu erleben wird immer weitergespielt, immer mehr Geld verloren und immer mehr Geld soll „zurückgewonnen“ werden.

Das Umfeld umfasst Familie, Arbeitsplatz, Kindergarten, Schule, Freundeskreis, Freizeiteinrichtungen etc. In den genannten Lebensbereichen können sich die von Menschen individuell wahrgenommene Belastungssituationen und Gewohnheiten suchtfördernd auswirken. Belastungsfaktoren sind z. B. fehlende soziale Beziehungen, Leistungs- und Konkurrenzdruck, schlechte Berufs- und Lebensaussichten, Arbeitslosigkeit, Schulden, unzureichende Wohnverhältnisse, mangelnde Wertschätzung und Überforderung.

Der Verlauf einer Suchtentwicklung wird darüber hinaus auch durch die Eigenschaften der Suchtmittel selbst, also durch das Glücksspiel und durch die Konsumdauer beeinflusst. Ein Gewinn beim Glücksspiel führt z. B. zu einem positiven Gefühl, um dieses Gefühl erneut zu erleben wird immer weitergespielt, immer mehr Geld verloren, immer mehr Geld soll „zurückgewonnen“ werden.

[Verlinkung zu diesem Akkordeon-Element kopieren](#)

---

### Der Weg in die Sucht

Betroffene einer pathologischen Glücksspielsucht waren nicht von der allerersten Teilnahme an einem Glücksspiel süchtig. Bevor es zu einer Sucht kommt, durchlaufen Spielende verschiedene Phasen. Der Übergang zwischen einem gesunden, bedenkenlosen Glücksspielverhalten, bei dem Spaß und Unterhaltung im Vordergrund stehen zu problematischem Glücksspielverhalten und zu pathologischem Glücksspiel sind fließend.

Zunächst wird das Glücksspielen als etwas Schönes erlebt, kleinere oder auch mal größere Gewinne erhöhen den Reiz und führen zu positiven Gefühlen. Ein Gewinn wird oft eher dem eigenen Können als dem Glück zugeschrieben, mehr Geld wird eingesetzt, um höhere Gewinne zu erzielen.

Nicht nur die Einsätze werden höher, die Zeit, die zum Glücksspielen genutzt wird, nimmt ebenfalls zu. Durch diese Faktoren werden die Verluste größer und ein Kreislauf beginnt: Höhere Einsätze, häufigeres und längeres Spielen sollen das Geld zurückgewinnen, mehr Geld wird verloren, noch höhere Einsätze und noch häufigeres und längeres Spielen sollen das verlorene Geld zurückgewinnen...

Das Glücksspielen wird mehr und mehr zum Mittelpunkt aller Interessen von Betroffenen und wird auch dazu genutzt, um unangenehmen Gefühlen aus dem Alltag zu entfliehen. Trotzdem soll das häufige Spielen vor Familie, Freunden, Kolleg:innen etc. geheim gehalten werden, was immer wieder zu Lügen führt. Um weiterspielen zu können bzw. um Spielschulden bezahlen zu können leihen Betroffene Geld, bei der Familie, bei Freunden, bei der Pfandleihe – oder sie nehmen Kredite auf.

Können Betroffene nicht aufhören zu spielen, obwohl ihr Glücksspielverhalten zu großen Problemen im familiären, sozialen und beruflichen Bereich führt, haben sie die Kontrolle über ihr Verhalten verloren. Man spricht hier von Sucht bzw. pathologischem Glücksspielen. Diese fehlende Kontrolle kann zum finanziellen Ruin führen, aber auch dazu, dass Beziehungen und Freundschaften auseinanderbrechen. Betroffene haben die falsche Überzeugung, durch erneutes Spielen ihre Verluste zurück zu gewinnen. Um an mehr Geld zu kommen, schrecken einige auch nicht vor kriminellen Handlungen zurück.

Die belastende finanzielle Situation führt häufig zu Schuldgefühlen, Selbstverachtung und sogar zu Selbstmordgedanken.

---

### Der Weg aus der Sucht

Eine Glücksspielsucht ist nicht ausweglos! Gemeinsam mit anderen fällt vieles leichter, auch der Weg aus einer Glücksspielsucht. Beratung und Therapie, aber auch Selbsthilfegruppen können dem Betroffenen helfen. Schuldnerberatungsstellen können dabei unterstützen, die eigene finanzielle Lage wieder in den Griff zu bekommen.

Adressen findest du unter "Rat + Tat".

---

### Suchtpotenzial

Nicht alle Spiele haben die gleiche Wirkung auf die Spielenden. Das Risiko, zu viel zu spielen oder eine Abhängigkeit zu entwickeln, hängt von den Eigenschaften des Glücksspiels ab. Man nennt es das Suchtpotential. Dieses Suchtpotential ist bei den einzelnen Glücksspielen sehr unterschiedlich und kann mit verschiedenen Merkmalen bewertet werden:

### Schnelle Spielabfolge

Die Entscheidung über einen Gewinn oder einen Verlust eines schnellen Spiels erfolgt innerhalb von Sekunden wie z. B. bei Automaten Spielen oder beim Roulette. Je schneller ein Spiel ist, desto spannender wirkt es auf die Spielenden. Das Suchtpotential solcher Spiele ist also deutlich höher als z. B. beim Lotto, da es hier meist Tage (oder zumindest Stunden) dauert, bis man das Ergebnis des Spiels erfährt.

### Auszahlungsintervall

Bekommt man den eventuellen Gewinn direkt nach dem Ende des Spiels ausbezahlt, so ist das Auszahlungsintervall kurz. Das Geld kann gleich in ein neues Spiel investiert werden. Ein Verlust dauert nicht lange an, da innerhalb von wenigen Sekunden wieder auf einen neuen Gewinn im nächsten Spiel gesetzt werden kann. Aber auch ein Gewinn hält nicht lange an, da dieser bereits innerhalb des nächsten Spiels wieder verloren gehen kann..

### Aktive Einbeziehung der Spielenden

Haben Spielende den Eindruck, dass sie das Ergebnis des Spiels selbst beeinflussen können, ist der Reiz des Spiels größer. Der Gewinn scheint näher, da er nicht nur vom bloßen Zufall abhängig zu sein scheint, sondern vom eigenen Können. Besonders bei Sportwetten oder Poker ist dies der Fall. Leicht verliert man dabei aus dem Auge, dass die eigene Einflussnahme überschätzt wird und der Zufall über den Ausgang des Spiels entscheidet..

### Fast-Gewinne

Stehen z. B. bei einem Spielautomaten vier der fünf Walzen auf demselben Motiv oder ist beim Black Jack die Bank nur einen Punkt näher an der 21, wird das als Fast-Gewinn bezeichnet. So ein Spiel wird nicht als „verloren“ wahrgenommen, sondern als „fast gewonnen“. Fast-Gewinne verstärken die Erwartung, dass beim nächsten Spiel der Gewinn sicher ist. Die Wahrscheinlichkeit auf einen Gewinn ist immer gleich, egal, ob ein Fast-Gewinn vorangegangen ist oder nicht.

### Art des Einsatzes

Wird statt Geld mit Jetons oder ähnlichem gespielt bzw. ist eine Zahlung mit Kreditkarte möglich, verharmlost dies oft den

verspielten Geldwert. Hemmschwellen sind so niedriger oder gehen schneller verloren, es wird risikoreicher gespielt und mehr Geld eingesetzt.

## Ton-, Licht- und Farbeffekte, Atmosphäre

Die besondere Atmosphäre, die z. B. in einer Spielbank oder auf einer Pferderennbahn herrscht, gibt das Gefühl, in eine ganz andere Welt eingetaucht zu sein. Durch zusätzliche Effekte erscheinen Gewinne häufiger als Verluste.

[Verlinkung zu diesem Akkordeon-Element kopieren](#)

---

### Prävention: verantwortungsvolles Spielen

Damit Glücksspielen das bleibt, was es eigentlich sein sollte, nämlich Spaß und Unterhaltung, gibt es einige Tipps, an die man sich halten kann:

- Nur mit dem Geld spielen, das man übrig hat, also nicht mit Geld, das eigentlich für Miete, Essen etc. benötigt wird,
- nicht Spielen, um „Geld zu verdienen“; beim Glücksspiel gewinnt nur, wer Glück hat - und das lässt sich nun mal nicht beeinflussen,
- nur mit eigenem Geld spielen,
- vor dem Spielen ein Limit für Zeit und Geld setzen - und sich, egal ob es gut oder schlecht läuft, an dieses Limit halten,
- nicht versuchen, durch Spielen Verluste auszugleichen und
- Spielen sollte nur eine von vielen Freizeitbeschäftigungen sein.

[Verlinkung zu diesem Akkordeon-Element kopieren](#)

---

### Was tun, wenn ich mir um jemanden Sorgen mache?

- Sich über das Thema informieren
- Offen die eigenen Sorgen ansprechen - am besten ruhig und sachlich, ohne dem anderen Vorwürfe zu machen
- Informationen, z. B. von dieser Homepage, an den Betroffenen weitergeben
- Beratungsstellen unterstützen auch Angehörige, hier gibt es die Möglichkeit, „sich alles von der Seele zu reden“
- Kein Geld leihen, keine Kredite übernehmen etc.
- Sich über die Möglichkeit einer Fremdsperre informieren

[Verlinkung zu diesem Akkordeon-Element kopieren](#)

---

Was tun, wenn sich meine Gedanken nur noch ums Glücksspielen drehen?

- Ein kurzer Selbsttest kann helfen, um sich über die Situation im Klaren zu werden.
- Kontakt mit einer Beratungsstelle aufnehmen, dort bekommt man Unterstützung bei der Auswahl geeigneter Maßnahmen wie z.B. einer Selbsthilfegruppe, ambulante Hilfe, stationäre Therapie.
- Schuldnerberatungsstellen können helfen, die finanzielle Situation wieder in den Griff zu bekommen.
- In Deutschland besteht die Möglichkeit, sich selbst für Spielbanken sowie die Angebote von Toto-Lotto sperren zu lassen.

Verlinkung zu diesem Akkordeon-Element kopieren

---

### Spielersperr

Die Spielersperr ist eine erfolgsversprechende Maßnahme für problematisch und pathologisch Glücksspielende, indem sie den Zugang zu einigen bestimmten Glücksspielen verhindert. Insbesondere für möglicherweise spielsüchtige Personen kann das Weiterspielen unterbunden werden, sodass z. B. auch der finanzielle Schaden eingedämmt wird. Die Spielersperr bietet damit einen ersten Schritt, das eigene Spielverhalten von außen kurzfristig zu unterbinden und einen Veränderungsprozess anzustoßen. Die Ursachen hinter dem Spielproblem können dann in einem zweiten Schritt angegangen werden, um das pathologische Spielen nachhaltig in den Griff zu bekommen.

Eine Spielersperr macht dann Sinn, wenn Personen den Drang zum Spielen nicht mehr kontrollieren können und um übermäßige Verluste beim Glücksspiel zu verhindern. Die Spielersperr kann vom Spielenden selbst beantragt werden (Selbstsperre). Die Sperrung kann darüber hinaus z. B. auch vom Personal des Glücksspielanbieters bei auffälligen Verhalten des bzw. der Spielenden oder bei anderen Hinweisen auf Überschuldung oder Spielsuchtgefährdung (Fremdsperre) erfolgen. Mit Inkrafttreten des GlüStV 2021 gibt es nun ein spielformübergreifendes, bundesweites Spielersperrsystem OASIS (Verlinkung auf <https://rp-darmstadt.hessen.de/sicherheit-und-kommunales/gluecksspiel/spielersperrsystem-oasis>) zum Schutz von Spieler:innen.

Sich für eine Selbstsperre zu entscheiden, kann ein schwieriger Prozess für Betroffene sein. Oft versucht man zunächst, auch ohne Spielersperr abtinent zu bleiben. Demgegenüber steht dann aber das große Verlangen, erneut zu spielen. Wenn du unsicher sein solltest und darüber nachdenkst, dich sperren zu lassen, lass dich beraten und informiere dich über die Rahmenbedingungen. Anträge zur Selbst- oder auch Fremdsperre erhältst du bei den Glücksspielanbieter:innen sowie im Internet (Verlinkung auf <https://rp-darmstadt.hessen.de/sicherheit-und-kommunales/gluecksspiel/spielersperrsystem-oasis/spieler-faqs>). Die Sperr beantragst du dann bei den jeweiligen Glücksspielanbieter:innen oder direkt beim Regierungspräsidium Darmstadt. Denke aber daran, eine Spielersperr reicht meist nicht allein aus, um das problematische bzw. pathologische Spielen in den Griff zu bekommen. Wichtig ist, sich Hilfe zu suchen und sich beraten zu lassen. Unter der Rubrik „Rat und Tat“ gibt es Informationen zu Hilfen vor Ort.

Antrag Eintragung Selbstsperre GlüStV 2021 (PDF/223.46 KB) (Verlinkung auf

[https://rp-darmstadt.hessen.de/sites/rp-darmstadt.hessen.de/files/2022-03/musterantrag\\_auf\\_selbstsperre.pdf](https://rp-darmstadt.hessen.de/sites/rp-darmstadt.hessen.de/files/2022-03/musterantrag_auf_selbstsperre.pdf))

Antrag Eintragung Fremdsperre GlüStV 2021 (PDF/333.08 KB) (Verlinkung auf

[https://rp-darmstadt.hessen.de/sites/rp-darmstadt.hessen.de/files/2022-03/musterantrag\\_auf\\_fremdsperre.pdf](https://rp-darmstadt.hessen.de/sites/rp-darmstadt.hessen.de/files/2022-03/musterantrag_auf_fremdsperre.pdf))

Antrag Aufhebung Spielersperr GlüStV 2021 (PDF/2.17 MB) (Verlinkung auf

[https://rp-darmstadt.hessen.de/sites/rp-darmstadt.hessen.de/files/2022-09/Musterantrag\\_auf\\_Aufhebung\\_der\\_Spielersperr\\_2022\\_09\\_07.pdf](https://rp-darmstadt.hessen.de/sites/rp-darmstadt.hessen.de/files/2022-09/Musterantrag_auf_Aufhebung_der_Spielersperr_2022_09_07.pdf))

Formular für Auskunft aus dem Spielersperrsystem OASIS GlüStV 2021 (PDF/1.31 MB) (Verlinkung auf

[https://rp-darmstadt.hessen.de/sites/rp-darmstadt.hessen.de/files/2022-03/oasis\\_gluestv\\_2021\\_spielersperr\\_formular\\_auskuft.pdf](https://rp-darmstadt.hessen.de/sites/rp-darmstadt.hessen.de/files/2022-03/oasis_gluestv_2021_spielersperr_formular_auskuft.pdf))

[Verlinkung zu diesem Akkordeon-Element kopieren](#)

---

#### Geltungsbereiche und Rahmenbedingungen der Spielersperre

Mit dem neuen Glücksspielstaatsvertrag ab Juli 2021 gibt es ein anbieter- und spielformübergreifendes Sperrsystem, sodass Spielersperren über eine zentrale Sperrdatei verwaltet werden und dann für alle Spielformen und Glücksspielanbieter:innen gelten. Lässt man sich sperren, so gilt dies im gesamten Bundesgebiet. Hierfür gibt es ein übergreifendes bundesweites Sperrsystem bzw. eine Sperrdatei, mit deren Hilfe Personen vor Beginn des Spielens unter Umständen als gesperrte Spieler identifiziert werden.

Die Sperre beträgt mindestens ein Jahr, es sei denn, die eine Selbstsperre beantragende Person beantragt einen abweichenden Zeitraum, der jedoch drei Monate nicht unterschreiten darf. Es besteht die Möglichkeit, die Spielersperre wieder aufheben zu lassen. Dafür muss ein entsprechender Antrag der gesperrten Person bei dem Glücksspielanbieter, bei dem die Sperrung erfolgt ist, gestellt werden.

Gemäß dem Glücksspielstaatsvertrag müssen auch Sportwettanbieter:innen mit einer Konzession am übergreifenden Sperrsystem teilnehmen. Da die Vergabe dieser Konzessionen aktuell aufgrund von Gerichtsverfahren zum Teil ausgesetzt ist (s. hierzu Glücksspiele - Sportwetten), sind noch nicht alle Sportwettangebote an das übergreifende System angeschlossen.

[Verlinkung zu diesem Akkordeon-Element kopieren](#)