

## 22. Vernetzungstreffen Spieler Selbsthilfe- gruppen in NRW

Samstag, den 16.11.2019 in Neuss

**Fachstelle Glücksspielsucht** der  
Caritas im Rhein-Kreis Neuss

In Kooperation mit dem  
Arbeitskreis Gruppenleiter\*innen der  
Spieler Selbsthilfe NRW



<b>Vorwort</b> .....	4
<b>1. Begrüßung und Programmübersicht</b> <b>Frau Verena Verhoeven, Dipl. Soz. Arb.</b> Leiterin der Fachstelle Glücksspielsucht, Caritas Neuss.....	5
<b>2. Emotionale Erwärmung für das Thema Schuld und Scham... mal anders!</b> Video-Clip und Szenische Darstellung der Emotionen Schuld und Scham und deren Bearbeitung in einer Selbsthilfegruppe MitarbeiterInnen der Fachstelle Glücksspielsucht, Caritas Neuss.....	8
<b>3. Vortrag „Schuld und Scham bei Spielsucht“</b> <b>Burkhard Preiß</b> Psychologischer Psychotherapeut, Psychoanalytiker (DGIP) Therapeutischer Leiter der Rehabilitationsklinik Langenberg der EV. Stiftung Tannenhof.....	11
<b>4. Kulturprogramm „Rein ins Leben“</b> <b>Sebastian Bluhm</b> Diplom Psychologe, Erlebnispädagoge.....	16
<b>5. Berichte aus den Arbeitsgruppen</b> (Die Gruppen erfolgten zeitgleich).....	18
<b>1. Gruppe:</b> Nachbesprechung und Vertiefung des Vormittagsthemas „Schuld und Scham bei Spielsucht“ <b>Burkhard Preiß</b>	
<b>2. Gruppe:</b> „Freispielkultur“ – Eine literarische und musikalische Reise mit Liedern, Texten und Gedichten aus 14 Jahren Spielfreiheit <b>Michael Knothe,</b> Psychotherapie (HPG) Personal Coach	

**6. Abschlussplenium.....23**

**Impressum.....24**

## **Vorwort**

Am 10.11.2018 fand das 21. Vernetzungstreffen der Spielerselbsthilfegruppen aus NRW in Neuss statt.

Organisiert und durchgeführt wurde die eintägige Veranstaltung durch die Fachstelle Glücksspielsucht der Caritas Sozialdienste Rhein-Kreis Neuss GmbH in Kooperation mit der Spielerselbsthilfegruppe aus Neuss.

Zum Vernetzungstreffen haben wir alle uns bekannten Spielerselbsthilfegruppen in NRW und deren Angehörige eingeladen.

In den Räumlichkeiten des Café Ons Zentrum im Caritas Suchthilfezentrum war die Tagungsatmosphäre von Beginn an durch Erfahrungsaustausch, angeregte Diskussionen und viel aktive Teilnahme geprägt. Auch in diesem Jahr besuchten viele Teilnehmer zum wiederholten Mal das regelmäßige Forum der Spielerselbsthilfe in NRW.

Im Mittelpunkt des diesjährigen Treffens standen die Emotionen Schuld und Scham, die mit der Glücksspielsucht häufig eng verbunden sind – auf Seiten der Betroffenen, aber auch bei den Angehörigen. Wir haben uns folgenden Fragen gewidmet: Wo unterscheiden sich Schuld- und Schamgefühle? Welche Rolle spielen Schuld- und Schamgefühle bei einer Glücksspielsucht? Und welche bei der Bewältigung der Glücksspielsucht? Inwiefern sind Angehörige von Schuld- und Schamgefühlen belastet? Die Leiterin der Neusser Fachstelle Glücksspielsucht, Verena Verhoeven, führte in ihrer Begrüßung bereits kurz in das Thema ein und anschließend die Teilnehmenden durch den Tag. Ein kurzes Theaterstück stellte die Emotionen Schuld und Scham dann zunächst als emotionale Erwärmung für das Thema auf der Bühne dar. Der psychologische Psychotherapeut, Burkhard Preiß, knüpfte mit seinem Vortrag „Schuld und Scham bei Spielsucht“ gelungen an das Thema an, brachte die Emotionen in Verbindung mit der frühkindlichen Entwicklung, differenzierte die beiden Emotionen und machte auf die Funktion der jeweiligen Emotionen aufmerksam. Am Nachmittag wurden zur Vertiefung Arbeitsgruppen angeboten. Ein besonderes Highlight der Veranstaltung stellten gemeinsame erlebnisaktivierende Übungen im Gesamtplenum dar. Hier war für jeden Teilnehmenden etwas dabei.

Unseren herzlichen Dank möchten wir an dieser Stelle den beteiligten ehrenamtlichen MitarbeiterInnen des Café Ons Zentrum aussprechen. Ebenfalls danken möchten wir an dieser Stelle dem Ministerium für Arbeit, Gesundheit und Soziales des Landes Nordrhein-Westfalen für die finanzielle Förderung, ohne die die Vernetzungstreffen der Spielerselbsthilfe-gruppen nicht möglich wären.

Viel Spaß beim Lesen des Tagungsberichts wünscht das Team der Fachstelle Glücksspielsucht in Neuss.

## 1. Begrüßung und Programmübersicht:

### Verena Verhoeven

Leiterin Fachstelle Glücksspielsucht,  
Caritas im Rhein-Kreis Neuss



Guten Morgen meine Damen und Herrn,

herzlich Willkommen zum Vernetzungstreffen  
der Spielerselbsthilfegruppen in NRW.

Ich freue mich, dass Sie sich heute Morgen auf  
den Weg nach Neuss gemacht haben. Ich sehe  
viele vertraute Gesichter und auch einige neue.

Wer ist heute zum ersten Mal hier? Ich bitte um ein Handzeichen.

Einmal im Jahr treffen sich die Spielerselbsthilfegruppen aus ganz NRW um sich auszutauschen, zu vernetzen eine gute Zeit miteinander zu verbringen und – dies ist mittlerweile Tradition - sich mit einem Schwerpunktthema intensiver zu beschäftigen. Oft sind wir dabei in wechselnden Städten unterwegs. In diesem Jahr sind wir hier in Neuss und im nächsten Jahr, soviel sei bereits verraten, werden wir in der Spielerselbsthilfegruppe in Hattingen zu Gast sein. Aber dazu später mehr. Und sollten sie mal ein Treffen verpassen: Von jedem Treffen gibt es eine Tagungszusammenfassung auf unserer Homepage [www.spielsucht.net](http://www.spielsucht.net)

### **Zu Beginn ein paar Neuerungen aus der Fachstelle Glücksspielsucht.**

Zum Jahresende wird Tobias Leo uns leider verlassen. Was ist passiert? Tobias ist mit Leib und Seele Theaterpädagoge und Musiker und er wird sich zukünftig innerhalb der Caritas Neuss einer neuen Aufgabe widmen, bei der er diese beiden Aspekte noch besser miteinander verbinden kann. Tobias, dieses Jahr mit Dir war sehr bereichernd und wir sind uns einig, also Maren, Michael, Ilse und ich: Wir werden dich vermissen. Vielleicht hast Du ja Lust und Zeit an einem der kommenden Vernetzungstreffen das Kulturprogramm (Stichwort Theater oder Stehgreiftheater) zu gestalten.

Wir, also die Fachstelle Glücksspielsucht, hat ein neues Modell-Projekt entwickelt, das wir seit August 2019 in einer Kooperation von Gesundheits- und Justizministerium umsetzen. Es trägt den Namen: „Dunkelziffer - Glücksspielsucht, das unerkannte Thema in den Justizvollzugsanstalten in NRW“. Hier ist für mich eine Nahtstelle zur Spielerselbsthilfe, da die Gruppen durchaus häufig an JVA Standorten in die Versorgung von glücksspielabhängigen Gefangenen involviert sind.

Und das sind die Ziele des Projekts.

#### Projektziele:

1. Transparenz bestehender Versorgungsstrukturen in den Justizvollzugsanstalten.  
Was wird schon getan?
2. Inhaftierte mit problematischem oder pathologischem Glücksspielverhalten sichtbar machen und JVA-Mitarbeitende für das Thema sensibilisieren.
3. Weiterentwicklung der Versorgungsstruktur für Glücksspielsüchtige in Haft.  
Was könnte noch getan werden? Hier finde ich die Sichtweise der SHG wichtig
4. Ausbau der Vernetzung und/oder Kooperation mit internen und externen Hilfesystemen. Z.B, regionale Arbeitskreis Verzahnung von beruflicher Suchthilfe, Selbsthilfe und JVA en

In einem ersten Schritt haben wir über einen Fragebogen eine Sachstandsabfrage in allen 36 JVAen in NRW gestartet. Ein weiterer Schritt werden Mitarbeiterschulungen sein. Umgesetzt wird das Projekt in 5 Modell - Haftanstalten mit der Perspektive der sukzessiven Erweiterung auf andere Haftanstalten. Ganz spannend ist, dass wir in den 5 Modellhaftanstalten eine kurze Screenigbefragung durchführen werden, die deutlich machen kann, ob bei einem Inhaftierten eine Glücksspielgefährdung vorliegt. Wir werden Sie weiter auf dem Laufenden halten.

#### **Was gibt's Neues aus der Politik bzw. dem Glücksspielmarkt.**

Es wird ab 01.01.20 eine Novellierung des GlüStatVert. geben.

Ziel ist die Legalisierung des bisher nur geduldeten grauen Sportwetten-Marktes. Denn nach wie vor hat kein Anbieter in BRD eine gültige Lizenz (zunächst 21 Lizenzen für Experimentierphase von 7 Jahren, später 28 Lizenzen, Tipico klagte gegen intransparentes Vergabeverfahren und bekam Recht. ...)

#### **Was ist neu?**

- Die Kontingentierung der Anbieter wird aufgegeben, d.h. es gibt kein Auswahlverfahren mehr. Alle, die eine Konzession haben wollen, werden eine bekommen, 162 Anbieter. Chaos ist bereits absehbar, weil es keine Deadline für einen Abgabetermin gibt.
- Die 7 jährige Experimentierklausel wird um 1,5 J. verlängert.
- Dies GlüStVert. wird nur 1,5 J. gültig sein.

#### **Wie geht es dann weiter?**

**Im Juni 2021 wird es einen 4. Änderungs Glücksspielstaatsvertrag geben.**

**Dieser befasst sich u.a. mit zwei Kernthemen:**

1. Thema Online Casinos. Befürworter Hessen, NRW SWH Streitpunkt.
2. Thema: Länder-und Spielmedienübergreifende Spieler\*innensperre

Zu 1: Hypothese: Online Casinos werden bundeweit kommen. Streit ob Live wetten oder nur Ereigniswetten.

Zu 2: Wie eine Länder – und Spielmedienübergreifende Spieler\*innensperre im Detail genau umgesetzt werden soll, wird noch erarbeitet. Es wird spannend zu erfahren, wie Einsatzlimitierungen in der Realität umgesetzt werden.

## **Zum heutigen Programm:**

Im Mittelpunkt der heutigen Veranstaltung stehen die Emotionen Scham und Schuld.

Zwei Gefühle, die jeder von uns kennt und niemand wirklich gerne empfindet und die besonders eng mit einer Glücksspielsucht verbunden sind. Dies gilt für die Betroffenen und auch für die Angehörigen gleichermaßen.

Aus therapeutischer Perspektive ist eine sinnstiftende Auseinandersetzung mit der Bedeutung der Emotionen Scham und Schuld, sowohl bei der Entstehung einer Glücksspielsucht (wie bin ich die geworden, die ich heute bin), als auch bei deren Bewältigung von zentraler Bedeutung. Denn, Gefühle sind ja, einfach ausgedrückt, das Bindeglied zwischen uns als Person und der uns umgebenden Umwelt.

Dabei stellt die Fähigkeit zur Empathie, also der Fähigkeit sich in die Gefühls- und Gedankenwelt eines anderen Menschen oder die geltenden Werte und Normen unsere Familien-(Gruppe) hinein zu versetzen eine wesentliche Rolle. Das ist wichtig, da wir als Menschen, wenn wir auf die Welt kommen, dringend darauf angewiesen sind, dass sich andere Menschen in uns hineinversetzen können, unsere Bedürfnisse erfassen und befriedigen können (Essen, Trinken, Wärme, Spielen, die Welt entdecken, gemocht und wertschätzt zu werden).

Vor diesem Hintergrund haben sich einstellende Scham- und Schuldgefühle als negative Emotionen durchaus konstruktiven und positiven Charakter. Sie sind auch ein Signal, unser Verhalten zu verändern, um wichtige soziale Bindungen zu erhalten oder unsere eigenen Grenzen besser zu schützen.

Aber wie unterscheidet sich Scham von Schuld genau? Und wie ist, bezogen auf die Bewältigung einer Glücksspielsucht, ein konstruktiver, heilsamer Umgang mit diesen starken Gefühlen zu gestalten, ohne den sog. schädlichen Scham- und Schuldgefühlen zu erliegen?

Sie merken schon, das Thema ist vielschichtig.

Und deshalb haben wir mit Herrn Burkard Preiß heute einen Experten hier, der, als Psychoanalytiker, einen tiefenpsychologisch und als Leiter Rehabilitationsklinik für Suchtkranke, auch einen suchtspezifischen Blickwinkel einnehmen kann. Herzlich Willkommen Herr Preiß!

Zum Vortrag von Herrn Preiß gibt es am Nachmittag eine Arbeitsgruppe. Auch Michael Knothe ist mit seiner Freispielkultur wieder dabei und bietet eine Arbeitsgruppe an sowie Tobias Leo, der in seiner AG die Bedürfnisse und Sichtweisen der Angehörigen in den Mittelpunkt stellt.

## **Um 12:30 machen wir dann eine Mittagspause.**

Den Nachmittag (13:30) beginnen wir dann mit dem Kulturprogramm. Das gestaltet in diesem Jahr der Psychologe und Erlebnispädagoge Sebastian Bluhm.

Lassen sie sich überraschen von seiner Aktion mit dem spannenden Titel: „Rein ins Leben“. Herzlich Willkommen Herr Bluhm.

Wir haben überlegt, wie wir den Einstieg in das Tagesthema gestalten wollen und hier ist das Ergebnis: **Emotionale Erwärmung für das Thema Scham und Schuld ...Mal anders!**

## 2. Emotionale Erwärmung für das Thema Schuld und Scham

Video-Clip und Szenische Darstellung der Emotionen Schuld und Scham und deren Bearbeitung in einer Selbsthilfegruppe.

Videoclip „Mixed Reality“ – Maike Seeger, Lüttfeld Berufskolleg Lemgo (Glüxxit Video-Wettbewerb, auf [www.guexxit.de](http://www.guexxit.de))



Aufgeführt von den Mitarbeiter\*innen der Fachstelle Glücksspielsucht, Caritas Neuss

Im Vorfeld des Vernetzungstreffens ist innerhalb der Fachstelle Neuss die Idee entstanden, mal anders in das Thema einzuführen. Die Grundidee, Schuld und Scham auf einer emotionalen Ebene in die Gruppe zu transportieren, entwickelte sich zu einem kleinen Mixed Reality-Theaterstück. Zunächst wurde eine gekürzte Version des Videoclips „Mixed Reality“ aus dem Glüxxit-Video-Wettbewerb gezeigt, der in eine reale Szene überging, die von den Mitarbeitenden der Fachstelle Neuss szenisch dargestellt wurde.

Der Videoclip zeigt eine Frau (Christin) bei sich zuhause, deren Leben sich um Online-Glücksspiel dreht. Sie ernährt sich ungesund, vernachlässigt sowohl Haushalt als auch sich selbst, alltägliche Dinge wie die Drehschalter am Herd oder die Verkehrsampel – alles erinnert sie ständig an ihre Sucht – eine vermischte Realität. Untermalt wird der Videoclip von ruhiger, melancholischer Klaviermusik. Am Ende friert der Clip ein und bleibt als Standbild im Hintergrund, die Musik läuft weiter und schafft so den Transfer in die reale Szene.



Christin (eindrucksvoll gespielt von Maren Peesel) sitzt nun vor einem Spiegel, ihr Mund ist mit Klebeband zugeklebt, ihr Blick ist starr und ausdruckslos, die Haare wirr. Nach einer Weile nähert sich ihr ein Mann (Tobias Leo) und sieht sie zunächst über den Spiegel an. Er geht dann um sie herum, berührt sie sanft an der Schulter und versucht sie zum Mitkommen zu bewegen. Sie zögert erst, dann folgt sie

ihm. Beide gehen durch den gesamten Raum, immer wieder bleibt sie stehen, zögert, sieht zurück, geht den Weg dann jedoch weiter. Sie kommen zu einem Stuhlkreis, in dem zwei Personen (Verena Verhoeven, Michael Knothe) sitzen und im Wechsel Sätze zum Thema Schuld und Scham zu sprechen. Christin gibt ihm ein Zeichen, dass er vorgehen soll. Er setzt sich in den Stuhlkreis, die anderen nehmen ihn kurz wahr.



Christin hält noch einen Moment inne, richtet sich dann die Haare und setzt sich dazu. Die drei Menschen sprechen weiter Sätze, die positiver werden. Christin hört zunächst zu. Irgendwann entfernt sie sich ganz langsam das Klebeband und sagt: „Hallo, ich heiße Christin und ich möchte euch gerne was erzählen...“

Die Anwesenden waren sichtlich bewegt und ergriffen, wie auch die nachfolgenden Reaktionen zeigen:

### O-Töne

*„Da spiegelt sich ja auch unsere vorherige Art zu leben...“*

*„Ich bin ungefähr eine Stunde jetzt hier, völlig rational und denke wir besprechen hier die Systematik und Problematik des Spielens. Auf einmal kippt alles und ich krieg Pisse in die Augen, werde total emotional und merke: Das ist mein Defizit. Nur im Kopf zu leben und immer nur Geschäfte zu machen. Und dann kippt die Stimmung so und ich werde zum Menschen.“*

*„Der innere Kampf, der hat mir richtig wehgetan. Ich habe gesehen, dieses Zurückblicken und dieses Kämpfen das war... woah.... 28 Jahre her... aber noch so wie gestern.“*

*„Ja, ich fand wahnsinnig gut gespielt, also ich habe mich da total reinfühlen können. Mir sind auch die Tränen gekommen. Ich habe es genau nachempfunden. Hat mich jetzt sehr mitgenommen, auch aufgewühlt... Ja, ich hab es einfach nochmal gespürt, wie schlimm das am Anfang ist.“*

*„Was Sie gesagt haben: ‚Ich schöpfe Kraft‘, das war eigentlich das, was ich am meisten so aufgenommen hab, weil das ist richtig, weil in dem man sich offen gibt, schöpft man wieder innere Kraft... Man schwebt eigentlich in einem Bereich, wo man keine Standhaftigkeit hat und wenn man offen ist und redet, schöpft man wieder Kraft und das war für mich das Ausschlaggebende was mich so berührt hat in dem Moment. Die Kraft zu spüren wieder, die innerliche Kraft, die ist im Endeffekt schon sehr bedeutsam.“*

*„Ich bin ziemlich emotional und gerade dieses Thema Scham und Schuld... Deshalb bin ich auch immer gerne zur Gruppe gegangen, weil ich dann immer wieder gesehen habe, wenn die Leute neu kamen, das hat mir dann immer gezeigt, da will ich nicht mehr hin. Du hast mir das Beispiel gegeben, dass ich nicht mehr möchte. Das ist das, was für mich immer so wichtig war in der Gruppe, helfen aber auch gleichzeitig erkennen, wo ich gewesen bin. Deshalb hat mich das auch so unheimlich mitgenommen. Ich wollte aufstehen und dir die ganze Zeit den Kleber abreißen!“*

*„Und dieser Moment mit dem Kleber abreißen, für mich ist das deswegen besonders wichtig, auch weil erstmal hast du sie ja mitgenommen und ich dachte, das reicht noch nicht. Irgendwie muss es ihre Initiative sein und durch den Kleber ist es wieder reingekommen, weil sie hat den Kleber abgenommen. Aber bis dahin war mir noch unklar, kommt es aus ihr selbst heraus? Ist das ihr eigener Wille? Und der hat sich erst in dem Moment manifestiert, wo sie sich entschieden hat zu sprechen, weil bis dahin war das für mich jetzt noch nicht der Moment, wo jemand sich wirklich aus dem Willen aufzuhören oder Hilfe anzunehmen dahin setzt. Das war der Moment, wo das eingesetzt hat.“*

*„Dazu fällt mir ergänzend ein, dass es auch nochmal super symbolisiert: Alles braucht seine Zeit. Vor allem der Betroffene braucht seine Zeit. Weil du ja auch gerade sagtest, du bist so emotional, du hättest ihr am liebsten den Knebel abgerissen. Ja, kann man machen aber bringt nichts. Das muss aus einem selber rauskommen und das ist auch nochmal deutlich geworden.“*

*„Ich denk mir mal genauso wie wir das Spielen gelebt haben, müssen wir auch die spielfreie Zeit leben. Das ist das Wichtige bei der ganzen Sache. Wir haben uns von Automat zu Automat, von Halle zu Halle gehetzt und wenn wir uns hinterher durch das Leben hetzen, nehmen wir nicht auf, dass was eigentlich wirklich wichtig ist, was um uns herum ist. Und da muss ganz viel Ruhe rein. Heißt also, der der in die Gruppe kommt, muss sich die Hilfe auch nehmen können, weil wenn man ihm die Hilfe aufdrückt, das macht keinen Sinn.“*

*„Ja, ich fand's auch interessant, so dieses Abholen am Stuhl. Wo sie auch n Moment erstmal überlegt hat, sie hat ihn ja angeguckt. Soll ich jetzt aufstehen? Soll ich mitgehen? Und auch immer wieder dieses Zurückschauen, so eine Art Sehnsucht auch wieder. Eigentlich will ich wieder dahin aber so dieses ‚Ich geh aber weiter mit ihm‘. Aber immer wieder dieses zurück, weil ich eigentlich ja auch dableiben möchte. Aber dann trotzdem mitgehen und dann diesen Schritt eben gehen.“*

### 3. Vortrag „Schuld und Scham bei Spielsucht“

**Burkhard Preiß**

Psychologischer Psychotherapeut,  
Psychoanalytiker (DGIP),  
Therapeutischer Leiter der  
Rehabilitationsklinik Langenberg der EV.  
Stiftung Tannenhof



„Sehr geehrte Damen und Herrn,

ich möchte mich für die Einladung zu diesem Treffen sehr herzlich bedanken (namentlich bei Frau Verhoeven und Frau Peesel) und ich freue mich darauf, mich mit Ihnen im Verlauf dieses Tages über Schuld und Scham auseinandersetzen zu können und von Ihnen zu lernen.

Wenn ich im Folgenden von Schuld und Scham spreche, so ist damit das Gefühl gemeint, das Schuldgefühl und das Schamgefühl. Beide sind sehr unangenehm und wir Menschen versuchen, sie zu vermeiden, ihnen auszuweichen, sie abzuwehren. Wir wollen sie nicht, und doch sind sie für unsere persönliche Entwicklung unerlässlich. Wieso ist das so und wozu sind diese wirklich unangenehmen Gefühle gut?

Lassen Sie uns versuchen, uns diesen beiden auf einer rationalen und „vernünftigen“ Ebene und mit gesundem Menschenverstand anzunähern und zu beleuchten. Diese Aufgabe ist lohnenswert, da eine große Tendenz besteht, sie nicht nur im Alltag miteinander zu verwechseln und als grundsätzlich negativ zu bewerten. Doch ohne Schuld und Scham wäre unser soziales Leben, unser Miteinander, unsere Beziehungen und unser Selbst dauerhafter Gefahr der Verrohung und der sozialen Isolation ausgesetzt.

Beide Gefühle treten erst relativ spät in der individuellen Entwicklung auf. Sie sind nicht angeboren. Als angeboren gelten sieben sogenannte Basisemotionen: Furcht, Wut, Freude, Traurigkeit, Ekel, Überraschung und Neugierde. Aus diesen werden dann in der weiteren Entwicklung durch einen permanenten Austausch mit der Umwelt weitere Ausdifferenzierungen gebildet. Dazu gehören später dann eben auch die Schuld und die Scham. Dies geschieht etwa ab dem 24. Lebensmonat. Um sie zu empfinden, muss der Mensch zu einer selbstreflexiven Wahrnehmung in der Lage sein. D.h. der Mensch kann sich selbst und sein Verhalten sozusagen mit den Augen der Anderen wahrnehmen.

Machen wir einen kurzen Sprung in unsere Entwicklung, denn diese ist letztlich auch prägend für unser späteres Leben. Was viele Menschen nicht wissen ist, dass die Psychoanalyse unterschiedliche Entwicklungen genommen hat. Vorherrschend ist jedoch noch die Psychoanalyse nach Freud. Der Patient liegt auf der Couch, der Analytiker dahinter, hört einfach nur zu und gibt kluge Deutungen. Probleme und Erkrankungen werden auf Triebe und innerpsychische bewusste oder unbewusste Konflikte zurückgeführt. Der Sohn möchte Sex mit der Mutter und den Vater töten – einfach ausgedrückt.

Doch die Psychoanalyse hat sich weiterentwickelt und ausdifferenziert. Grob gesagt kann man heute drei psychoanalytische Richtungen unterscheiden, die jeweils unterschiedliche Aspekte der menschlichen Entwicklung betonen:

Triebpsychologie – Hohe Bedeutung von angeborenen Trieben und deren Befriedigung; der Mensch bei Geburt monadisch. Umwelt spielt keine besondere Rolle.  
Ich-Psychologie – Hohe Bedeutung des von Freud entwickelten Konzepts des Ichs als Vermittler zwischen Es und Über-Ich. Der Mensch reagiert auf eine anwesende Umwelt.

Objektbeziehungstheorien (darunter auch die Selbstpsychologie). Der Mensch schon von Beginn an in Interaktion mit der Welt. Vor allem bedeutsam aufgrund der Erkenntnisse aus der Bindungsforschung.

Ohne jetzt detailliert auf die einzelnen Richtungen spezifisch einzugehen, möchte ich Sie zu einer empathischen Reise in unsere Vergangenheit einladen:



Der Embryo hat sich zum Fötus entwickelt. Es ist warm, weich und er ist rundum versorgt. Es ist wohligh. Die Zellen und auch die Nervenzellen entwickeln sich. Damit dann auch langsam das Gehirn und insbesondere zunächst das Stammhirn mit dem sog. Limbischen System, das verantwortlich ist für unsere Emotionen (Affekte + Gefühle) und unser Gedächtnis. Die Mutter sorgt gut für sich, geht mit der Schwangerschaft sorgsam um. Der Herzschlag wird gespeichert und wirkt beruhigend.

Bereits in dieser Phase kann es jedoch zu Störungen kommen. Beispielsweise achtet die Mutter nicht auf ihre Ernährung, bewegt sich unpassend, nimmt vielleicht Suchtmittel... Der Säugling erlebt dies auf der Körperebene als Bruch, als Störung seines physiologischen und affektiven Gleichgewichts. Es entstehen vielleicht Mangelzustände. Und diese wirken wieder unmittelbar auf unsere körperliche und seelische Entwicklung. Diese Idee von einer frühen Störung ist deshalb so wichtig, weil sie schon die Grundlage darstellt, für die weitere Entwicklung nach der Geburt.

Gehen wir noch einmal in die wohligh warme und dauerhaft nahrungspendende Fruchtblase. Es ist so richtig muckelig. Und dann, Druck, es wird eng, durch den Geburtskanal ans Licht, alles ganz hell und kalt. Die Nahrungszufuhr wird getrennt und plötzlich atmen, diese kalte Luft. Der Säugling wird der Mutter gegeben und da ist er wieder, dieser beruhigende Herzschlag, der Geruch, die körperliche Wärme. Das Trauma ist durchgestanden.

Soweit so gut. Diese Mutter hat das Kind gewollt. Aber was ist mit den Müttern, die dem Säugling gegenüber ambivalent eingestellt waren. Und damit ist nicht gemeint, grundsätzlich ablehnend. Es gibt nicht nur ein Zuwenig-Liebe, sondern auch ein Zuviel-Liebe, ein Ich-Weiss-Nicht, eine Unsicherheit, ..... die mütterlichen Gefühle können widersprüchlich sein, vielleicht ist die Mutter auch mit sich selbst nicht klar oder auch emotional wechselhaft.... All dies sind erste Beeinträchtigungen, die sich natürlich auch schon in der Bindung äußern. Ein Säugling, der nicht sicher weiß, ob seine Mutter auf ihn passend reagiert, wird sich sicherlich weniger an sie binden (wegen ihrer Unzuverlässigkeit) als an eine Mutter, die zuverlässig für ihn da ist und sich auf ihn einstimmt.

Und der Säugling ist abhängig. Die Mutter bietet Schutz und Nahrung. Schon früh lernt er, sich anzupassen, um sich der Mutter anzuschmeicheln. Der Säugling verhält sich so, dass er der Mutter gefällt – um seine eigene Existenz zu schützen.

Ein seelisches Sich-Selbst-Erkennen geschieht erst durch und im Gesicht der Mutter - und später auch des Vaters. Der sich entwickelnde Säugling spiegelt sich im Gesicht der Mutter wider, er erfährt in ihrem Anblick gleichsam eine wohltuende „Resonanz“ auf seine eigenen Gefühle. Kohuts (1976) „Glanz in den Augen der Mutter“ bezeichnet damit die narzisstische Bestätigung des Säuglings durch die Mutter. Wenn Kinder diese Form des Angeschaut- Werdens – in der Selbstpsychologie als „Spiegeln“ bezeichnet – nicht erleben oder durch Fehler des mütterlichen „attunements“, der „Einstimmung“, unzureichend erfahren, „verhungern“ sie seelisch und psychisch. Um ein sicheres, kohärentes Bild seiner selbst und – damit eng verbunden – ein Gefühl persönlicher Identität zu entwickeln, bedarf ein Kind praktisch von Geburt an der Erfahrung einer ausreichend empathischen Antwort auf sein Dasein und Sosein durch die Mutter in einem ständigen, für beide Teile befriedigenden Dialog. Wenn der frühe Blick der Mutter eine verletzende Ablehnung ausdrückt oder die mütterliche Unlust chronisch widerspiegelt, kann beim kleinen Kind durch die ständige Wiederholung dieser Erfahrung ein Gefühl entstehen, „verkehrt“ oder „unrichtig“ zu sein, ohne auch nur das Geringste daran ändern zu können. Das ist auch der Grund, weshalb Scham ein so sozialer, interaktiver Affekt ist: Schamgefühle entspringen aus der Interaktion mit anderen, meist als übermächtig erlebten Menschen. Aber nicht nur der mütterliche Blick, auch der Blick des Vaters spielt dabei eine große Rolle. Das Kind muss den Vater quasi schon „im Blick der Mutter“ erkennen.

Aus der Sicht der modernen Säuglingsforscher beschreibt Stern (1992) die enorme Bedeutung, die dieser Interaktion – der Austausch von Wahrnehmung und Ausdruck – in der Entwicklung des Kerns unserer Identität zukommt. Mit etwa acht Wochen

machen die Säuglinge eine qualitative Veränderung dadurch durch, dass sie anfangen, direkten Blickkontakt aufzunehmen. Der Blickkontakt zwischen Mutter und Säugling stellt das erste Interaktionsverhalten dar, mit dem das Kind lernen kann, soziale Kommunikation zu initiieren oder zu regulieren. Wenn dieser Austausch des Sehens und Gesehen-Werdens gestört wird, werden Selbstbild und Selbstgefühl zutiefst beeinträchtigt. Der Emotionsforscher Tomkins (1987) geht so weit zu behaupten, dass „die Wechselwirkung zwischen den Augen die intimste Beziehung ist, die zwischen den Menschen möglich ist“. Bezüglich der Scham komme es zu einem „Blicktabu“, d.h. es wird vermieden, den anderen anzuschauen.

Das Fremde nimmt nicht nur wahr, beobachtet nicht nur, sondern bekommt Beurteilungsmacht (Seidler 1995). Dieses subjektive Gefühl des Beurteilt-Werdens stellt einen Aspekt der Scham dar, der den Betroffenen schmerzhaft in seinem Selbstgefühl trifft. Dies ist auch der Grund, weshalb ein enger Zusammenhang zwischen Scham und Verachtung besteht. Dieses Gefühl des Verachtet-Werdens löst emotional im Betroffenen fast immer eine Selbst-Entwertung aus, das Kind oder der spätere Erwachsene verurteilt sich selber für bestimmte Eigenschaften, Wünsche, Triebregungen oder Gefühle. „Hinter dem Gefühl der Scham steht nicht die Furcht vor Hass, sondern die Furcht vor Verachtung, die [...] Furcht vor Verlassenwerden bedeutet“ (Piers u. Singer 1953). Das macht die spezielle, vernichtende Qualität der Scham aus, da sie dem Subjekt die Existenzberechtigung raubt.

Einen Aspekt, den Wurmser und einige andere Autoren (Seidler 1995, Nathanson 1997, Hilgers 1997, Ayers 2003) besonders hervorheben, ist die Rolle des Angeschaut-Werdens im Schamerleben. Scham ist in gewisser Hinsicht eine Frage der Optik, Beschämung folgt aus einer bestimmten Art des Gesehen Werdens. Zur Scham gehört die Öffentlichkeit anderer Menschen, zumindest die gedachte oder vermutete Öffentlichkeit. In Wurmser (1990) Unterteilung entspricht dieses Angeschaut-Werden dem Objektpol der Scham, dem „Wovor“. Gemäß der Phänomenologie der Scham geht es um ein Sich-Verbergen vor dem anderen, vor dem Blick des anderen. Die hier angedeutete Einzigartigkeit des Auges basiert auf seiner Fähigkeit, in gleichem Maße aktiv und passiv zu sein. Es ist somit nicht nur ein Organ der Wahrnehmung, sondern sozusagen auch der Wahrgebung, das Auge handelt und erschafft gleichsam durch seinen „Sehstrahl“. Aus diesem Grunde wird dem Blick auch aus anthropologischer Sicht eine ganz eigene Macht zugeschrieben, die in vielen Kulturen als „böser Blick“ bezeichnet wird und sich auch in der umgangssprachlichen Formulierung, dass „Blicke töten können“, niederschlägt. Der niederwerfende, missachtende „Sehstrahl“ kann zwar nicht biologisch, aber doch sozial töten.

Ebenso deutlich geworden sein, dürfte der Unterschied zwischen Schuld und Scham. Scham bezogen auf das Selbstsein. „Falsch“ in Gegenwart eines Ich-Ideals. Scham als Konflikt zwischen Ich und Ich-Ideal. Das Schamgefühl bzw. die drohende schützt das Selbst. Das Subjekt ist passiv. Desintegrierend im sozialen Kontext. Entschämung ist nicht möglich. Bezieht sich auf Selbstwert.

Schuld ist bezogen auf ein Verhalten. „Falsch“ in Gegenwart eines Gewissens. Schuld als Konflikt zwischen Ich und Überich. Das Schuldgefühl bzw. das drohende Schuldgefühl schützt das Gegenüber. Das Subjekt ist aktiv. Integrierende Funktion im sozialen Kontext. Ent-Schuldigung ist möglich. Bezieht sich auf Selbstvertrauen.

Die Suchtspirale entwickeln aus dem vorhergesagten!!!

### **Scham und Sucht**

Eine psychische Krankheit, bei der die Scham eine zentrale Rolle spielt, ist nach Meinung von Heigl-Evers (1998) die Sucht- und Abhängigkeitserkrankung. Gerade bei der Sucht ist es besonders wichtig, zwischen einer „primären“ und einer „sekundären“ Scham zu unterscheiden. Die primäre Scham bezieht sich psychodynamisch auf eine Reihe von negativen Selbstdefinitionen und Selbstabwertungen, die mit Hilfe des Alkohols verdrängt oder verleugnet werden müssen. Im Zuge einer Abhängigkeitsentwicklung entsteht dann eine sekundäre Scham, die daraus erwächst, dass der Betroffene sich mit dem Wissen konfrontiert sieht, von einem Suchtmittel abhängig zu sein, gleichzeitig soll dieses Wissen aber verleugnet werden. Dies wird oft als ein Makel und eine Schande empfunden, und in der Regel kommt es zu heimlichem Trinken. Der Alkohol wird vor Familienangehörigen oder Partnern versteckt, und die Betroffenen entwickeln ein oft kompliziertes System von Lügen und Selbsttäuschungen. Oft besteht eine unerträgliche Scham im Nachhinein darin, dass andere Zeugen der Abhängigkeit und der damit verbundenen sozialen Entgleisungen geworden sind. Um diese Scham für die eigene Schwäche und Abhängigkeit nicht in ihrer ganzen Deutlichkeit spüren zu müssen, greifen Süchtige oft zu der Form der Abwehr solcher unerträglichen Affekte, die sich schon vorher für sie „bewährt“ hat: zum Alkohol. Dadurch entstehen Teufelskreise, bei denen das Trinken zu vernichtender Scham führt, die nur mit erneutem Trinken zu bewältigen ist.

Für Wurmser (1997) dienen bestimmte Impulshandlungen wie z. B. auch der Drogenmissbrauch dem Zweck, sich nicht schämen zu müssen. Er bezieht sich in seiner Auffassung der Drogensucht u. a. auf Fenichel (1945). Die Einnahme von Suchtmitteln und die Berausung ist nach Wurmser nur eine pharmakologisch verstärkte Form der Abwehr. Somit handelt es sich bei der Suchterkrankung um eine künstliche Affektabwehr, mit dem Ziel, heftige Affektstürme – quasi durch eine augenblickliche Wiederherstellung der inneren Kontinuität – zu besänftigen. Der Alkohol und generell alle Drogen wirken antiphobisch und dienen besonders der Abwehr von Scham – nicht aber von Schuld, deren Ursprung für Wurmser (1997) in der frühen Kindheit und der in ihr erlittenen schweren Traumatisierung liegt. Drogen beruhigen nach Wurmser (1997) vor allem die intensiven Gefühle der Wut, Scham, Angst, Einsamkeit und das aus diesen Gefühlen resultierende Leid. In dieser Konzeption dient der Drogen- und Alkoholkonsum hauptsächlich der Affektabwehr gegen Scham und in geringerem Maße auch gegen Wut und aggressive Impulse. Aus dem eben geschilderten wird deutlich, dass es für den Abhängigen ausgesprochen schwierig ist, seine Suchterkrankung zu akzeptieren und damit den Weg zu öffnen, sich mit notwendigen und hilfreichen Maßnahmen zu befassen,

abstinent zu leben. Es lassen sich dabei verschiedene Erlebnisweisen vorstellen, die in ihren individuellen Ausprägungen in der suchtherapeutischen Arbeit von Bedeutung sind. Das Eingeständnis der Abhängigkeit löst Scham aus, die den Patienten innerpsychisch in den Konflikt bringt, einerseits die Realität der Abhängigkeit anerkennen zu müssen, gleichzeitig aber auch genau das Gegenteil fordert, nämlich die Abhängigkeit zu verbergen. Diese innere Konfliktdynamik gilt es in der Therapie und bei der Einschätzung des Grads der Akzeptanz der Suchterkrankung nach der Skala von Dr. Sporn zu berücksichtigen. Ebenso wie der Tatsache, dass der Patient mit seiner Suchterkrankung quasi Kontraphobisch umgehen kann, in dem er diese in den Vordergrund stellt und sie exhibitioniert, um die primäre Scham, wie Heigl-Evers sie nennt, abzuwehren.

### **Therapie**

In der Behandlung aber auch im Austausch mit anderen, kommt es auf das „richtige“ Maß zwischen Selbstoffenbarung und verschämten Verschweigen an. Hier gilt hinsichtlich beider Aspekte den jeweils inneren bewussten oder unbewussten Schuld- und Schamkonflikt anzuerkennen und zu würdigen.“



#### 4. Kulturprogramm „Rein ins Leben“

**Sebastian Bluhm**, Diplom Psychologe, Erlebnispädagoge

Nach der Mittagspause brachte der Erlebnispädagoge Sebastian Bluhm mit interaktiven Angeboten die Gruppe wieder in Schwung. Nach einer kurzen Kennenlernen-Runde begann er mit den Übungen „Evolution“, einer Stühle-Aufgabe, einer Planen-Aufgabe sowie einem gemeinsamen Tanz der Spaß. An den Übungen angeschlossen gab es immer wieder Raum für die jeweiligen Erfahrungen, insbesondere im Bezug zum Schamgefühl. So sagte ein Teilnehmer: „Früher hätte ich mich nicht getraut. Heute wäre meine Mutter stolz.“ Bilder sagen an der Stelle mehr als Worte:



## **6. Berichte aus den Arbeitsgruppen**

### **1. Gruppe:**

Nachbesprechung und Vertiefung des Vormittagsthemas „Schuld und Scham bei Spielsucht“

#### **Burkhard Preiß**

Bezogen auf die Arbeitsweise in den Selbsthilfegruppen stellte Herr Preiß die Frage nach dem Umgang mit „kontrollierten Spielen“. Dazu wurden unterschiedliche Meinungen geäußert. Weiter brachte er die Frage ein, wie es sich mit der Scham verhalten würde, wenn man als Selbsthilfegruppe die klare und ausschließende Regel formuliert, dass jemand der kontrolliert spielt nicht Gruppen-geeignet sei. Der Begriff der Passung wurde genannt. Bei dem Schamgefühl kommt es zu folgendem Konflikt: „So bin ich“ (ICH) passt nicht zu „So sollte ich sein“ (ICH-IDEAL). Diese „nicht-Passung“ könne im Falle des kontrollierten Trinkens auftreten, aber natürlich auch vor, während und/oder nach einem Rückfall. Somit geht es in der Gruppe immer um das richtige Maß an „Beschämung“ und bei dem Einzelnen um die Frage, wieviel Scham kann ich ertragen (Affekttoleranz).

Weiter erarbeitete die Gruppe unterschiedliche Möglichkeiten, die die Selbsthilfegruppe den einzelnen Glückspielern für den Umgang mit der Scham bietet. Zum einen kann die Gruppe dabei helfen, das ICH („So bin ich“) besser kennenzulernen. Die anderen in der Gruppe sehen eventuell Facetten von dem Einzelnen, die der- oder diejenige noch nicht wahrgenommen hat oder wollte. Das kann langfristig zu einem realistischeren Blick auf sich selbst und der Welt führen. Außerdem stärkt dies die Affekttoleranz bzgl. der Scham. Zum anderen kann die Gruppe dabei helfen, das eigene ICH-IDEAL anzupassen und die Diskrepanz und damit die Scham zu verringern. So kann in der Gruppe hinterfragt werden, wie das ICH-IDEAL „gebaut“ ist und woher die entsprechenden Ansprüche an sich selbst herkommen. Ein Stichwort kann das Thema Männlichkeit/Weiblichkeit und natürlich die Sozialisation im Allgemeinen sein.

Insgesamt diskutierte die Gruppe viel und brachte eigene Fragen und Anregungen mit ein. So entstand ein schöner und intensiver Austausch.

### **2. Gruppe:**

„Freispielkultur“ – Eine literarische und musikalische Reise mit Liedern, Texten und Gedichten aus 14 Jahren Spielfreiheit rund um das Glücksspiel, die Glücksspielsucht und die Lebenslust ohne das Glücksspiel

#### **Michael Knothe,**

Psychotherapie (HPG), Personal Coach

## **Das Programm „Freispielkultur“**

„Freispielkultur“ von Herrn Knothe ist eine persönliche Sammlung von eigenen und fremden Texten sowie Musikstücken aus seiner eigenen Suchtgeschichte und der Neugestaltung seines Lebens nach der Glücksspielsucht.

Sie enthält Gedichte, Erlebnisse, Denkanstöße und musikalisch und textlich festgehaltene Wendepunkte seines Lebens.

Sie ist eine Lesungsreihe, aber vielmehr eine Reise in und durch die Glücksspielsucht, hinaus in ein selbstbestimmtes Leben in Vielfalt, Lust und Freude, zu der Herr Knothe gerne Betroffene, Angehörige und Mitarbeitende der Suchthilfe einlädt, bzw., mitnimmt und gerne hierüber in den persönlichen Dialog geht.

Vor allen Dingen möchte er mit dieser Lesung etwas teilen und mitteilen, um Verständnis, An- und Einsichten, Therapieziele und die Entstehung einer Krankheit, - die ihn fast sein Leben gekostet hat und nach der Therapie ein neues und anderes Leben "geschenkt" hat - allen Teilnehmern näherbringen.

Hier ein paar Auszüge aus dem Programm:

### Zwei Abgründe:

Es ist ein sonniger Tag im Juni 2004. Ein Mann geht mit seinem Hund spazieren. Niemand weiß, welche Last er mit sich trägt. Dieser Mann steht auf einer Brücke und schaut hinunter.

Dieser Mann bin ich, 33 Jahre alt. Ich schaue auf die Gleise. Es wäre ein kurzer Sprung und ich müsste nicht in den anderen Abgrund springen. Ich bin Spieler seit über zwanzig Jahren, niemand weiß es, ich habe meine Spielsucht immer geheim halten können. Niemand kennt mich und das, was ich getan habe, wirklich, kein Mensch auf der Welt. Meine Frau nicht, meine Freunde und meine Familie nicht, ich bin mir sicher, jetzt im Moment der einsamste und der verzweifelte Mensch auf der gesamten Welt zu sein. Ich habe in den letzten fünf Jahren 500.000 € an Automaten verspielt und das Schlimmste ist, ich habe ca. 250.000 € von den Konten meiner Kunden unterschlagen. Die Kunden fragen und drängen nach dem Geld, Verdacht hat aber noch keiner geschöpft.

Ich weiß nicht, wie tief der andere Abgrund ist. Ich werde arm sein, in den Knast müssen, meine Frau, meine Familie und meine Freunde werden mich verlassen. Ich sehe keinen Ausweg. Immer wieder stelle ich mir die gleiche Frage: Was soll ich nur tun? Bonnie, unser Hund, zieht an mir, als wollte sie sagen „Komm weg von der Brücke!“ Ich gebe ihr nach, setze mich auf eine Bank und rauche mir eine Zigarette. Ich treffe eine Entscheidung: „Ich brauche Hilfe! Ich gehe zum Arzt!“

Aber wie hatte das alles angefangen?????????

### „Mein Schatz“

Heute ist Sonntag, ich darf mit Papa zum Frühschoppen.

Heute stehe ich mit bei den Großen an der Theke.

Hier ist es langweilig, hier an der Theke.

Hier ist aber auch der leuchtende Kasten.

Heute lässt mich mein Vater am leuchtenden Kasten spielen.  
Heute leuchtet der Kasten besonders hell und spielt auf einmal Musik.

Alle schauen auf mich und Papa kommt rüber und sagt: "Was hast du denn da gemacht, Jung?"  
Alle schauen, als der Kasten ganz viel Geld ausspuckt.

Heute trage ich eine ganze Zigarrenkiste voller Groschen und Markstücke wie einen Schatz nach Hause.

Heute sagt Mama: "Da hast du aber Glück gehabt, spar das Geld"

Ja, was für ein "Glück" und was für ein Schatz...

Endlich!

Endlich ist es soweit, ich darf hinein.  
Endlich in die Zauberwelt der Gewinne und der unbegrenzten Möglichkeiten.

Wie oft habe ich heimlich an den bunten und gewinnversprechenden Kästen gespielt, musste jedoch immer aufpassen, nicht erwischt zu werden.

Endlich kann ich so viel spielen, wie ich will, niemand schränkt mich ein.  
Endlich kann ich unendlich viel gewinnen und mir alle Wünsche erfüllen.

Endlich kann ich mir alle meine Wünsche erfüllen, da ich gewinnen und viel Geld haben werde.

Endlich werde ich viel Geld haben und mir alle Wünsche erfüllen können, Geld ist das Einzige, was zählt und hier werde ich es bekommen.

Wenn ich heute nicht gewinne, dann morgen oder übermorgen, endlich.

### Alles irgendwie zu schwer...

Es ist Mitte Oktober 2004. Ich bin mittlerweile gut „angekommen“. („ankommen“ sagt man hier. Wenn man hier beginnt, sagen alle immer: „Du musst erst mal ankommen.“ Ich dachte dann immer, ich bin doch schon hier, wat wollt ihr von mir? Gemeint ist aber, dass man sich erst mal einleben muss. Ich bin ein Mensch, sprecht in allgemein verständlichen Sätzen mit mir...)

Ich habe mich an die Abläufe hier gewöhnt, meine Therapeutin kennengelernt und schon einige gute Gespräche gehabt.

Der Vormittag ist schon rum und gleich ist Gruppe mit unserer Therapeutin Frau Obelör. Ich fühle mich nicht gut. Die Gruppe beginnt und Frau Obelör fragt: „Jemand,

der ein Thema besprechen möchte?“ Ich melde mich, kann als Dritter mein Thema besprechen.

Als ich an der Reihe bin, beginne ich zu berichten. Das es mir nicht gut geht, ich mir große Sorgen mache, der Gerichtstermin, die Schulden, meine neue Arbeit und wie es zu Hause weiterläuft und ich momentan echt nicht weiß, ob ich das alles hinkriege. Aus der hinteren Ecke kommt von meinem Mitpatienten Olli, mit dem ich gut klar komme: „Mensch, mach dich mal gerade!“

Sichtlich irritiert schaue ich Olli an. Er fährt fort. „Du hast dich selbst angezeigt, machst deine Therapie, hast 'nen Job und 'ne Frau. Du kommst nicht den Knast. Das haut hin, glaub mir.“(Olli muss es wissen, kommt ja gerade nach fünf Jahren JVA Bochum daher!) „Mach dich mal gerade!“

„Beides ist wichtig“ fügt Frau Obelör hinzu. „Beides?“ frage ich. Frau Obelör fährt fort: „Ihre Gefühle wieder wahrzunehmen, auszuhalten und einen neuen Umgang damit lernen, aber auch, wie es Ihre Vorredner so schön gesagt haben, sich gerade zu machen und vor allen Dingen weiterzumachen!“

Jeder fühlt sich anscheinend mal so und wichtig ist, das Weitermachen und seine Gefühle wieder zuzulassen. Beides ... zulassen und weitermachen! Schöner kann man dieses Gefühl so ausdrücken:

„Und in einem kleinen Moment ist alles implodiert.  
Das ist nicht alles, was du bist!  
Atme tief in der Stille,  
keine abrupten Bewegungen.  
Das ist nicht alles, was du bist!  
Nimm einfach die Hand, die dir geboten wird  
und halte sie fest.  
Das ist nicht alles, was du bist.  
Es gibt Freude, nicht weit von hier entfernt, richtig?  
Ich weiß, dass es sie gibt.  
Das ist nicht alles was du bist!

Kentere jetzt nicht!\*

\* aus dem Englischen übersetzt, aus dem Song „This isn't anything you are“ von Snow Patrol

### Judgement Day:

Es ist Juli 2005. Mittlerweile bin ich ein Jahr spielfrei und besuche regelmäßig meine Gruppe, aber heute ist ein besonderer Tag. Der Tag meiner Gerichtsverhandlung Judgement Day halt.

Gott sei Dank sagt mir mein Navi, wie ich fahren muss. Ich kriege es kaum hin, aber ich bin da. Am Gericht wird über mich gerichtet..., es läuft alles gut, Job, zu Hause, und mein Anwalt sagt mir, ich soll mir keine Sorgen mehr machen. Aber ich bin froh, dass meine beiden Freunde Frank und Marc da sind und mit mir den Termin wahrnehmen. Allein würde es nicht schaffen.

Es sitzt sich nicht gut auf der Angeklagten-Bank. Der Richter bittet mich, meine Geschichte vorzutragen. Ich erzähle meine Geschichte und lege meine bisherigen Bemühungen dar. Der Richter bedankt sich und fragt nach, ob es noch Fragen an mich gäbe. Es gibt keine. Er gibt das Wort ab an den Staatsanwalt.

Der Staatsanwalt (ca. Mitte bis Ende vierzig) erhebt sich. Dann kommt es: „Euer Ehren, ich mache es kurz. In meinen ganzen Jahren hier bei Gericht habe ich bisher noch nicht eine so ehrliche Selbstanzeige bearbeitet. Die meisten Selbstanzeigen kommen kurz vor dem Ermittlungserfolg hier bei uns an. In diesem Fall nicht. Die Anzeige wurde gestellt, die Unterlagen ausgehändigt und bei der Aufklärung aktiv geholfen. Keine Anträge, Euer Ehren, wir schließen uns Ihnen an.“ Uff, ein Lob vom Staatsanwalt?

Eine halbe Stunde später sitze ich am Rheinufer und rauch mir eine. 18 Monate auf Bewährung, uff. Ich habe‘ mir von meinen Freunden eine Pause und fünf Minuten für mich ausgebeten. Alle sind erleichtert und mir schwirrt der Kopf.

Fertig! Kein Knast! Ich muss nicht zittern! Das war das Wichtigste! Und nu‘?

Weiter zur Gruppe? Muss ja nicht mehr. Na ja. Wie lief, bei allen Schwierigkeiten, das letzte Jahr? Ganz gut! War die Gruppe wichtig? Ja! Sie hat mir immer geholfen oder gutgetan.

Mein Leben liegt jetzt in meiner Hand und ich habe wieder Lust auf „Mehr vom Leben“ und von, oder sogar mit der Gruppe. Ich mache weiter, beschließe ich. Ich atme tief aus, als ich, gefühlt seit ewiger Zeit mal wieder, eine eigene Entscheidung getroffen habe, die bei Weitem keine meiner Schlechtesten war!

#### 1000 Gründe

Es gibt 1000 Gründe nicht zur Therapie,  
Gruppe oder zum Einzelgespräch zu gehen,  
aber einen einzigen dafür:  
mich!



**Ex-Spielsüchtiger bedankt sich für Verurteilung**

Richter Dr. Wolfgang Schnorr (l.) begrüßt seinen ehemaligen Angeklagten.

# Herr Richter, Sie haben mein Leben gerettet!

**Düsseldorfer** - Es klingelte ein moornes Märchen und ist oomwahn. Konrad M. (47/Name geändert) bekam vor 13 Jahren eine letzte Chance. Trotz 223 Betrügertaten vorverurteilt das Gericht sein damals Spielsüchtiger zu einer Bewährungsstrafe. Das heißt es, er musste seine Taten auf und ließ sich sofort um Therapie zu entscheiden. Heute ruft er andere Spielsüchtigen. Und er traf den Mann wieder, dem er dazu verdankt hat, dass er nicht gestorben ist. Dr. Wolfgang Schnorr.

Der bekam kürzlich einen Dankesbrief von seinem ehemaligen Angeklagten. „Ich möchte die Gelegenheit nutzen, mich für Ihr damaliges Verständnis für meine Krankheit und Ihre Mühe ausdrücklich bedanken. Hierdurch habe ich eine zweite Chance in meinem Leben bekommen.“ Das war Dr. Wolfgang Schnorr noch nie passiert. Er entschloss sich Konrad M. wieder zu sehen. Beim Treffen an der Hainberger Straße war DR. PHESS dabei. Schnorr ging der paranoisierte Richter zu seinen ehemaligen „Kunden“ zu. „Sie haben mir mit dem Brief eine große Freude bereitet. Sie sind ein



Das Gericht hat Konrad M. eine Chance gegeben.

Beispiel für eine durch und durch gelungene Resozialisierung.“ Beim Kaffee wird erzählt. Konrad M. stand schon als Kind hinter Spielautomaten. Dem sogenannten Couchengeld. Dieses wurde eine detaillierte Sicht. „Meiner Frau und mei-

nen Freunden habe ich das verheimlicht. Spieler sind die besten unbescholtenen Schauspiel.“ Als das Geld ausgeht, erscheinung er Geld von Kunden. „Ich hätte immer auf dem guten Gewissen.“ „Doch der liebe aus. Stattdessen der Zusammenbruch. „Der Druck wurde zu groß. Ich konnte nicht mehr.“ Und dann ist er das, was fester und auch die Polizei bezeugte. Obwohl seine Taten noch nicht entdeckt waren, ermittelte Konrad M. gegen sich selber Anzeige. Und legte sein kompliziertes Urteils-System offen. Der Staatsanwalt sagte damals im Prozess: „Ich habe noch keinen Angeklagten erzählt, der so eine törichte Selbstentwertung erweist hat.“ Konrad M. kam mit einem Jahr und drei Monaten auf Bewährung davon. „Durch die Mühe des Urteils, habe ich eine Chance bekommen mein Leben zu ändern.“ Er wurde seine Therapie und arbeitet

jetzt für eine gemeinsame Einrichtung. „Einerseits ist es eine Fortsetzung in einer Fortsetzung.“ „Mein Leben hat jetzt einen Sinn. Ich kann der Gesellschaft etwas zurückgeben.“ Mit seinen Gläubigern hat er sich geeinigt. Er stützt die Schulden ab. Seine Arbeit ist ihm wichtig. „Ich habe jeden Tag mit einem Lächeln nach Hause.“ Zu seinem Richter sagt er: „Durch Ihre Mühe war das möglich.“ Schnorr: „Mir war immer wichtig, dass die Angeklagten aus Ende des Tuns immer ein Licht sehen können.“ Sicht so sein als hätte Konrad M. am Ende doch noch den Jackpot gekriegt.



An diesem Automaten verlor Konrad M. viel Geld.

Auf dem weiteren Weg ergab sich noch ein Wiedersehen, mit dem ich und andere nie im Leben gerechnet hätten, aber für zwei Menschen, die aufgrund des Anlasses ihres gegenseitigen Kennenlernens kaum geahnt hätten, sich jemals so wiederzusehen, nur eins war: ein einzigartiger Augenblick der Dankbarkeit und gegenseitiger Freunde in ihrer beider Leben...!

Quelle: Düsseldorfer Express 13.03.2018

Alle anderen Texte aus Freispielkultur von Michael Knothe

### 3. Gruppe:

Angehörigengruppe/exklusiv für Angehörige  
**Tobias Leo Fachstelle**  
Glücksspielsucht

Die Gruppe fiel aus, da sich keine Teilnehmer\*innen für diese gemeldet hatten.

## 6. Abschlussplenum

Zum Abschluss konnten sich noch einige der Anwesenden zu der Veranstaltung und den Inhalten äußern. Besonders hervorgehoben wurde der Vortrag von Herrn Preiß, der vielen nochmal ein besseres Verständnis bezüglich der Rolle von Schuld und Scham bezogen auf das Krankheitsmodell, aber auch in den Selbsthilfegruppen hat. Besonders die Arbeitsgruppe zum Thema Schuld und Scham bei Spielsucht bot nochmal die Möglichkeit, in die persönliche Reflexion mit den eigenen Schuld und Schamgefühlen zu kommen.

Auch die Emotionale Erwärmung zu Beginn des Tages fand großen vor allem emotionalen Anklang bei den Teilnehmenden. Viele blickten nochmal zurück und kamen in Kontakt mit den eigenen Schuld- und Schamgefühlen, auch nach z.T. langer Abstinenz. Sie wurde als hilfreich und bereichernd erlebt.

Auch die Arbeitsgruppe von Herrn Knothe wurde von einigen Teilnehmenden nochmals gelobt, da die Authentizität der vorgetragenen Einblicke in seine Lebensgeschichte für einige ein sehr starkes emotionales Wiedererkennen hervorgerufen hat.

Hochgelobt wurden im Abschlussplenum auch die interaktiven Gruppenübungen des Erlebnispädagogen Sebastian Bluhm, der nach der Mittagspause alle Teilnehmende wieder auf Touren brachte. Hervorgehoben wurde, der, nach jeder Übung folgende, Erfahrungsaustausch, indem die Verbindung zum Schamgefühl im Fokus stand. So sagte ein Teilnehmer: „Früher hätte ich mich nicht getraut. Heute wäre meine Mutter stolz.“

Bei der Überlegung zu einem Themenschwerpunkt für das Jahr 2020 entstand der Wunsch einer Auseinandersetzung mit dem Thema „Stolz“, als sinnvolle Ergänzung zum diesjährigen Thema. Der Veranstaltungsort wird Hattingen sein, weil wir bei der Selbsthilfe in Hattingen 2020 zu Gast sein dürfen.

Nach dem Vernetzungstreffen ist eben immer auch vor dem Vernetzungstreffen.



**Impressum**

**CaritasSozialdienste  
Rhein-Kreis Neuss GmbH  
Fachstelle Glücksspielsucht  
Rheydter Str. 176  
41460 Neuss**

**Kontakt:  
Tel. 02131 889-170  
Fax 02131 889-182**

**info@spielsucht.net  
www.spielsucht.net**

**Frau Verena Verhoeven**

**Redaktionelle Bearbeitung  
Michael Weege**

Gefördert vom  
Ministerium für Arbeit,  
Gesundheit und Soziales  
des Landes Nordrhein-Westfalen

