

## Drei Phasen der Spielsucht

Spielsüchtige durchlaufen im Normalfall drei Suchtstadien.

### 1. Stadium: die Abenteuer- oder Gewinnphase

In dieser Phase gewinnen Spielende oft grössere Beträge. Diese Erfahrung kann zur Illusion verleiten, dass man durch sein Handeln den Gewinn beeinflussen kann und dass man nicht nur aus purem Glück gewinnt. Unweigerlich auftretende Verluste sieht der Spielende als Resultat erklärbarer äusserlicher Ursachen an und beschönigt sie. Bedenklich wird es dann, wenn Spielende kontinuierlich viel Geld ausgeben oder sogar Darlehen aufnehmen, um weiterspielen zu können. Alle Darlehen dienen nur dem Zweck, wieder spielen zu können.

### 2. Stadium: die Verlustphase

Im nächsten Stadium setzen die Spielenden ausschliesslich geliehenes Geld ein. Sie versuchen, diese Darlehen so weit wie möglich zu verheimlichen. Allgemein beginnt in diesem Stadium die schleichende Distanzierung von der Familie und dem Freundeskreis. Der Weg in die Isolierung ist vorgespurt. Der Spielende ist nach wie vor davon überzeugt, seine Schuldenituation wieder in den Griff zu bekommen. «Sobald ich keine Schulden mehr habe, höre ich mit Spielen auf», ist zu diesem Zeitpunkt eine typische Aussage.

### 3. Stadium: die Verzweiflungsphase

Letztendlich wird das Spielen zur Ganztagesbeschäftigung und zum alles beherrschenden Lebensinhalt. Der Verlust von Beziehungen, der Arbeit und von Anerkennung ist die Folge. Die Grenze vom problematischen zum süchtigen Spielen verläuft oftmals fließend. Obwohl nicht jedes Stadium zwangsläufig ins nächste übergehen muss.

## Helfen Sie sich selbst

Was können Sie tun, wenn Sie das Spielen im Casino als problematisch erleben? Diese Möglichkeiten können Ihnen helfen:

- Legen Sie ein Betragslimit für Ihren Casinobesuch fest.
- Nehmen Sie nicht mehr Geld mit als diesen Betrag.
- Lassen Sie sich von Freunden oder Familienmitgliedern begleiten.
- Setzen Sie im Voraus fest, bei welchem Gewinn Sie Ihr Spiel beenden.
- Setzen Sie im Voraus fest, wie hoch Ihr Spielverlust sein darf.
- Sie haben die Möglichkeit, selbst eine Spielsperre zu beantragen.

Bei Fragen steht Ihnen das Grand Casino Bern gerne telefonisch unter +41 (0)31 339 55 67 oder per E-Mail an [sozialkonzept@grandcasino-bern.ch](mailto:sozialkonzept@grandcasino-bern.ch) zur Verfügung.