



Unsere Ziele

- Information, Beratung und Behandlung Betroffener und ihrer Angehörigen
- Unterstützung beim Erlernen einer gesunden Zeiteinteilung – es gibt ein Leben abseits des Bildschirms
- Unterstützung beim Erlernen eines kontrollierten Umgangs mit Handy und PC im Internet
- Auf- und Ausbau eines funktionierenden Netzwerks von Selbsthilfegruppen für Betroffene und Angehörige
- Förderung aller Maßnahmen, die einer Prävention der Online-Spielsucht dienen

10 Jahre Landesverband e.V.!
In ZAHLEN aus dem Glücksspiel
 > 1000 Beratungen
 > 1.000.000 spielfreie-Stunden d. Betroffenen
 > 30 Selbsthilfegruppen



Unsere Angebote

Wir bieten dir individuelle Möglichkeiten:

- Information und Aufklärung, Vorträge an Schulen, Kitas etc.
- Erstgespräche
- Gruppenarbeit
- Fort- und Weiterbildungsmöglichkeiten
- Öffentlichkeitsarbeit
- Seminare, Tagungen



Lasst uns offen über Online-Spielsucht sprechen:

Wir engagieren uns und unterstützen dich bei:

Selbsthilfegruppe, Beratungsstelle, Jobcenter, Therapeut, Suchtberatung, Fachklinik, Hausarzt, Schuldnerberatung, Kostenträger, Gericht, Polizei, Rechtsanwalt, Landesfachstelle, Justizvollzugsanstalt, Jugendgefängnis, Jugendamt, Schule, Kindergarten, Lehrer, politischer Ansprechpartner.

Ausführliche Informationen erhältst du direkt unter: www.spielfrei24.de

Landesverband spielfrei24 e.V.

Hinter der Bahn 7, D-54523 Hetzerath

Tel.: 0 65 08 - 9 19 94 19

Mobil: +49 1522 6465786

info@spielfrei24.de



Online-Spielsucht ...

... ein Thema, das uns alle betrifft!

SOZIALE MEDIEN

INTERNET

HANDY

Bildrechte: © Fotolia.de / 123rf.com Design: aczent.de





Wir klären auf!



Wo fängt die Spielsucht an?

Kannst du einige Tage auf dein Handy verzichten? Die meisten werden diese Frage mit „Nein“ beantworten. Das Handy unterhält uns, es dient der Selbstdarstellung, dem Spielen, der ständigen Information und Erreichbarkeit. Ohne unser Handy werden wir unruhig.

Die (Online-)Spielsucht ist nicht von einem bestimmten „Stoff“ abhängig. Stattdessen basiert sie auf zwanghaftem Verhalten. „Ohne mein Handy verpasse ich zu viel.“ „In einer Stunde muss ich online gehen, um den nächsten Level zu erreichen.“

Dieser innere Druck macht nicht automatisch onlinespielsüchtig, aber er ist der ideale Nährboden für zwanghaftes Verhalten. Hier nimmt die Sucht ihren Anfang.

Was sind erste Anzeichen?

- Zunehmender Kontrollverlust (Verlust von Zeitgefühl, Weiterspielen trotz Schulden)
- Leistungsabfall in Schule oder Beruf
- Rückzug und Gefährdung von Beziehungen, Beruf etc.

Warum spielen?

Durch Verlockungen wie z.B. Fortschritte und steigende Anerkennung bei Mitspielern werden Glückshormone ausgeschüttet. Das Gehirn gewöhnt sich an diesen Belohnungseffekt. Hintergründe der Suchtentwicklung: Stressbewältigung, Frustabbau, Ausgleich von Unsicherheiten etc.

- _____ Genuss
- _____ Missbrauch
- _____ Gewohnheit
- _____ Sucht

Auf welcher Ebene bist du?
Genau dort holen wir dich ab, informieren und klären auf.*

Verständnis fördern:

Das Wissen um die Mechanismen und Auslöser der Online-Spielsucht und das Erlernen eines bewussten Umgangs mit den Medien (Handy, Computer etc.) sind grundlegend sowohl für den Weg aus der Sucht als auch für die Vorbeugung.

*Schlüsselworte sind dabei Prävention und Selbsthilfe.

Risiken und Folgen der Online-Spielsucht

- Einfache Kreditmöglichkeit via Onlinezahlungsmethoden
- Smartphones ermöglichen das Spielen überall
- Anlegen mehrerer Spielaccounts möglich
- Verlust der Balance zwischen virtuellen und „realen“ täglichen Verpflichtungen
- Folgen unter anderem: Isolation, Jobverlust, Vernachlässigung der Partner, Schulden, Schlafprobleme, Realitätsverlust, ungesunde Ernährung etc.