

Martin

## **Mein Name ist Martin, und ich bin ein süchtiger, aber trockener Spieler.**

Wie ich das wurde?

Es hat alles schon sehr früh angefangen: zu Hause gab es als Kind keine besonders guten Vorbilder; es wurde gelogen, verarscht. Vertrauen, Grenzen oder echte Werte, außer der Sauberkeit, fehlten.

Die einzigen innigen oder familienähnlichen Momente waren da, wenn wir alle gemeinsam gespielt haben, sei es Gesellschafts-, Würfel- oder Kartenspiele. Sobald ich das erste Taschengeld bekam, ging es in diesen Spielen um Geld, es wurde als Spieleinsatz genutzt und gleich wieder verloren. Trotzdem war die Welt für mich in Ordnung, wenn ich spielen konnte, denn ansonsten hatten wir, wie gesagt, kein tolles Familienleben.

Als ich älter wurde, reichte das Spielen zu Hause nicht mehr aus und, volljährig geworden, war mein Weg in die Spielhalle vorprogrammiert. Ein überraschend hoher Gewinn nach kurzer Zeit hat mich dann endgültig für die Automaten begeistert. Das war ganz leicht verdientes Geld! Natürlich verlor ich mehr als ich gewann, aber da ging es mir schon nicht mehr nur um das Geld: es war eine Flucht vor dem Leben, dem ich mich nicht gewachsen fühlte.

Aber es war natürlich in den ersten Jahren auch Spaß, und Zocken wurde mein Leben. Mein Spieltrieb wuchs, ein Automat reichte schon lange nicht mehr aus, ich fütterte gleich mehrere mit meinem Lohn aus der Süßwarenfabrik.

Geld sparen konnte ich nie, am 15. des Monats war ich pleite, aber meine Eltern, bei denen ich mit 26 immer noch wohnte, gaben mir auf mein Betteln immer das fehlende Geld.

Es war ein verdammt einsames Leben, das sich nur um Spielen und das Geld dafür drehte.

Dann lernte ich vor 12 Jahren Monika kennen. Wir waren sehr verliebt und glücklich, erstmals interessierte sich jemand wirklich für mich!

Von meiner Spielsucht erzählte ich ihr nichts, weil ich Angst hatte, dass sie mit so einem kaputten Typ auf Dauer nicht zusammenbleiben wollte. Nach 6 Wochen zog ich bei ihr ein und damit endlich zuhause aus.

Zwei Jahre konnte ich ihr meine Spielerei verheimlichen, aber sie hatte schon öfter gesehen, wenn und wie ich am Automaten in der Pommesbude spielte, und obwohl ich beteuerte, dass es um maximal 5 DM ging, hatte sie ein un gutes Gefühl. Da ich nie Geld hatte, obwohl ich eine feste Stelle hatte, wuchs in ihr das Gefühl, dass etwas nicht stimmte und die Wut, weil wegen mir nie ein gemeinsamer Urlaub möglich war und sie alle Anschaffungen für die Wohnung allein bezahlen musste.

Eines Abends stellte sie mich zur Rede: ob ich für ein uneheliches Kind Unterhalt bezahle oder fürs Bordell, oder ob eine andere Frau der Grund für meine

dauernde Finanzmisere wäre, wollte sie wissen. Das konnte ich gut verneinen. Dann fragte sie: »Oder gibst Du dein Geld für die Spielautomaten aus?« In dem Moment habe ich dann zugegeben, ein Zocker zu sein.

Sie war total erschüttert, schickte mich für ein paar Tage weg und gab mir dann die Adresse einer Selbsthilfegruppe für Spieler in Dortmund.

Dort tauchte ich dann an einem Mittwochabend auf. Ich war von dem Gruppenabend total begeistert und so glücklich, weil dort Leute waren, die mich verstanden und mir zuhörten.

Meine Begeisterung war so ansteckend, dass meine Freundin gleich in der nächsten Woche mit mir hinging und von da an jeden Mittwoch, 3 Jahre lang. Trotzdem hat zu der Zeit die Gruppe mein Leben nicht verändert, ich hörte zwar zu, aber zockte weiter. Weil eigentlich sie es wollte, dass ich mit dem Zocken aufhöre und nicht ich selber. Da ich nicht die richtige Einstellung hatte, belog ich sie und die Gruppe und tat so als ob.

Nach einer Wette um Geld (für die ich mir eine Glatze schor) hatte sie dann nach vielen Rückfällen (die keine waren) die Nase voll und trennte sich von mir, wobei ihr die Gruppe den Rücken stärkte, denn die hatten mich schon längst durchschaut.

Ich wurde aufgefordert, die Mittwochsgruppe zu verlassen und wurde auf die Spielergruppe montags verwiesen, wo ich an mir arbeiten könnte. Für mich war das Thema Selbsthilfegruppe erledigt, weil ich sie für die Trennung von meiner Freundin verantwortlich machte. Denn in den Jahren, wo ich untätig dort saß, hatte sie Selbstbewusstsein und Rückhalt gewonnen.

Nun wohnte ich also wieder bei meinen Eltern, was aber so unerträglich war, dass ich mir mit Hilfe eines Gruppenmitglieds eine kleine Wohnung suchte. Ich musste erstmals für mich selbst sorgen und das klappte natürlich überhaupt nicht: Miete und Nebenkosten waren bezahlt und mit den restlichen 800 DM hätte ich auskommen können, aber ich konnte eben mangels Übung gar nicht mit Geld umgehen. Der Frust war vorprogrammiert und war ein willkommener Anlass fürs Zocken. Bis ich einen Monat ohne Geld leben musste, weil alles im Voraus verzockt war. Ein Monat bei Wasser und Brot, das gab mir den Rest, ich konnte mir nichts mehr vormachen. Ich führte ein Scheißleben.

Als mich dann der Gruppenleiter der Montagsgruppe anrief und fragte, wie es mir ginge, da konnte ich nur sagen: es ist Scheiße! Er machte mir Mut, bot mir seine Hilfe an und so ging ich wieder in eine Gruppe, eben nur in eine andere. Ich war mein Leben so leid, dass ich endlich ernsthaft mitarbeitete und mich öffnete. Die Hilfe der Gruppe war gut, trotzdem wollte ich mehr und nahm noch eine ambulante Therapie bei der Caritas in Anspruch. Mein ganzes Leben habe ich so Schritt für Schritt aufgearbeitet und konsequent einen neuen Weg beschritten. Ich fühlte mich erstmalig wie ein normaler Mensch, kam mit dem Geld jeden Monat besser klar. Das Kapitel Zocken war erledigt, weil es als Lückenbüßer ausgedient hatte, meine Zeit nutzte ich nun für Sport, Hausarbeit oder verbrachte sie mit Gruppenmitgliedern.

Und als ob das nicht schon für mich ein toller Erfolg war, dass ich mit mir endlich zufrieden sein konnte, traf ich Monika nach einem halben Jahr wieder, die

meine Veränderung bemerkte und zu einem neuen Anfang bereit war. Wir hatten getrennte Wohnungen und nach einem Jahr heirateten wir. Die Hauptgäste waren die Mitglieder meiner und ihrer alten und neuen Gruppe.

Mittlerweile sind wir sechs Jahre verheiratet, haben zwei Kinder und ich bin ein echter Sparfuchs geworden. Die Montagsgruppe habe ich jahrelang geleitet und besuche sie immer noch regelmäßig.

Mit 25 hätte ich an so ein Leben nicht im Traum gedacht, die Gruppe hat nicht nur zum Ende meiner Zockerei beigetragen, sondern mich auch beziehungs-fähig gemacht.

Die Dortmunder Selbsthilfegruppe »Süchtige Spieler« ist eine Gemeinschaft von Spielerinnen, Spielern und deren Angehörigen, deren vorrangiges Ziel es ist, ein suchtfreies und zufriedenes Leben zu führen.

Mit jedem neuen Gruppenmitglied, das sich an uns wendet, findet ein Vorgespräch statt. Wir vergeben dann unser Informationsblatt und unsere Telefonliste und erläutern die Regeln der Gruppe. Eine der wichtigsten Regeln ist, dass alles, was im Gruppenraum besprochen wird, auch dort bleibt und nicht nach außen getragen wird, da Vertrauen die wichtigste Grundlage für unsere Arbeit ist.

Jeder von der Spielsucht (Mit-)Betroffene kann zu uns kommen. Neben einem kleinen monatlichen Beitrag, der für neues Infomaterial, Fahrten oder andere Gruppenaktivitäten verwendet wird, und Geld für Getränke, die wir beim Treffen anbieten, fallen keine Kosten an.

Unsere Treffen beginnen mit einer »Blitzlichtrunde«, in der jedes Gruppenmitglied zu Wort kommt und kurz berichten kann, wie es ihm die Woche über ergangen ist. Wenn ein neues Gruppenmitglied dabei ist, machen wir statt des Blitzlichtes eine kurze Vorstellungsrunde, damit sich niemand fremd oder befangen fühlt. Wir duzen uns deshalb auch untereinander.

Schwerpunkt eines jeden Gruppenabends ist es, mit den eigenen Erfahrungen und Sichtweisen zur Problemlösung der anderen beizutragen.

Sollte dies nicht ausreichen, so nutzen wir die Möglichkeit an Institutionen für ambulante oder stationäre Therapie zu vermitteln oder auch an die Schuldnerberatung, da für viele das Ordnen der finanziellen Lage der erste Ansatzpunkt für eine veränderte Lebensweise ist.

Viele von uns haben den Weg »Gruppe und Therapie« bisher beschritten und damit den Grundstein für ein suchtfreies Leben gelegt. Aber besonders erfolgreich ist die Arbeit unserer Gruppe gewesen, wenn auch Angehörige den Spieler/die Spielerin begleitet haben.

Jeder, der unsere Dortmunder Gruppe »Süchtige Spieler« besucht, kann es schaffen vom Glücksspiel oder auch anderen Süchten (viele sind von uns mehrfach belastet) loszukommen, wenn er oder sie es wirklich ernsthaft will. Mit der Bereitschaft sich grundlegend zu verändern ist es oft möglich, wieder oder erstmals ein suchtfreies »normales« Leben zu führen. Es ist zwar ein steiniger, aber lohnender Weg!

Martin engagiert sich in der Dortmunder Selbsthilfegruppe »Süchtige Spieler«.