

# Verhaltenssüchte

## Wenn Spielen kein Spass mehr ist

Die meisten Menschen können Glücks- oder Computerspiele spielen, ohne damit ein Problem zu bekommen. Einige Personen geraten jedoch in ein problematisches Spielverhalten oder werden süchtig. Sie verspielen mehr Geld als sie es sich erlauben können oder verbringen immer mehr Zeit mit ihrer Sucht. Dies kann zu Konflikten im privaten Umfeld oder an der Arbeitsstelle führen.

### Was sind Verhaltenssüchte?

Typischerweise zählen Glücksspielsucht, Medienabhängigkeiten und Computerspielabhängigkeit zur Gruppe der Verhaltenssüchte. In der Schweiz bekunden rund 120'000 Personen Probleme mit Glücksspielen oder haben eine Glücksspielsucht entwickelt. Es handelt sich hier also nicht um eine seltene Erkrankung. Umstrittener sind «Modediagnosen» wie etwa Sexsucht oder Arbeitssucht. Gerade für Menschen mit psychischen oder sozialen Problemen stellen Nervenkitzel oder mögliche Gewinne beim Spiel eine grosse Verlockung dar. Die Risikobereitschaft wächst, doch auf anfängliche Gewinne folgen grosse Verluste. Wer gewinnt, hat eigentlich schon verloren.

### Welche Symptome sind typisch für Verhaltenssüchte?

Übermässiges Spielen führt zum Verlust von Zeit und manchmal grossen Geldsummen. Oft führt Glücksspiel zum finanziellen Ruin. Spieler sind gezwungen zu lügen und ihre Schulden und vieles mehr zu verheimlichen. Sowohl zeitlich wie auch gedanklich beschäftigen sie sich immer mehr mit dem Glücksspiel – spielen wird zum dominanten Lebensinhalt. Diese Menschen ziehen sich im privaten Umfeld zurück, was zu Konflikten in der Familie und an der Arbeitsstelle führt. Bei Spielsüchtigen verliert die erlebte Belohnung durch Gewinne immer mehr an Reiz. Die empfundene Belohnung wird zunehmend durch das Spielen selbst und die Erwartung eines Gewinns ausgelöst.

---

## Typische Symptome einer Spielsucht

- Absenz von Schule oder Arbeit, um spielen zu können
- Spielen, um sich nach Ärger oder Sorgen zu entspannen
- Unruhe und Aggression, wenn sich keine Gelegenheit oder Zeit zum Spielen findet
- Spielen mit der Idee, den Gewinn zum Bezahlen von Schulden oder zum Lösen anderer Geldprobleme zu verwenden
- Schulden machen, stehlen oder betrügen, um Geld zum Spielen zu haben
- Nach einem Gewinn weitermachen, um noch mehr zu gewinnen
- Schamgefühle oder sogar Selbstmordgedanken wegen des Spielens

---

## Symptome und Verhaltensweisen, wie bei klassischer Alkohol- und Drogenabhängigkeit

Patienten mit Verhaltenssüchten zeigen Symptome und Verhaltensweisen, wie sie bei einer klassischen Alkohol- und Drogenabhängigkeit zu beobachten sind:

- Verminderte Kontrollfähigkeit bezüglich des Verhaltens
- Einengung auf das Verhalten
- Entzugssymptome
- Vernachlässigung anderer Interessen und Fortführen des Verhaltens trotz eindeutig schädlicher Folgen

---

## Wie wird die Diagnose gestellt?

Diagnostiziert wird eine Verhaltenssucht im Gespräch und einer Verlaufsbeobachtung zwischen einer Fachperson und dem Patienten. Dabei wird die Situation analysiert und der Schweregrad der Problematik geklärt.

## Wie werden Verhaltenssüchte behandelt?

Das Glücksspiel birgt ein erhebliches Suchtpotenzial: Die Abhängigkeit ist hartnäckig und nicht einfach zu behandeln. Angehörige leiden massiv unter der Glücksspielsucht der Betroffenen. Sie realisieren meist als erste, dass dringend etwas unternommen werden muss. Die Chancen sind jedoch bei entsprechender Motivation gut, über kurz oder lang einen Weg aus der Sucht zu finden. Therapie der Wahl ist die Psychotherapie als Einzeltherapie, Paartherapie oder Gruppentherapie.

In der Behandlung lernt man, wie man

- sich eine Tagesstruktur gibt
- einen anderen Umgang mit innerer Unruhe und Anspannung findet
- mit Langeweile oder dem «grauen Alltag» umgeht
- mit Frustrationserlebnissen anders umgehen kann
- eine gesunde Form von Aggression im Sinne von Selbstdurchsetzung findet
- auch mit schwierigen Seiten von sich selbst umgeht: «Ja, das bin ich, das gehört auch zu mir».

## Psychotherapie

Psychotherapie ist das wichtigste Behandlungsverfahren in der Psychiatrie und nimmt bei allen Erkrankungen eine tragende Rolle ein. Für einige der häufigsten Erkrankungen ist die Psychotherapie das wirksamste Mittel.

---

## Wo werden Verhaltenssüchte behandelt?

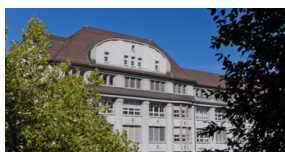


### Wil

+41 71 913 11 11  
info@psgn.ch

Zürcherstrasse 30  
9500 Wil

→ Mehr erfahren



### St.Gallen

+41 71 227 12 12  
st.gallen@psgn.ch

Teufenerstrasse 26  
9000 St.Gallen

→ Mehr erfahren



### Rorschach

+41 71 845 16 55  
rorschach@psgn.ch

Marienbergstrasse 19  
9400 Rorschach

→ Mehr erfahren



### Wattwil

+41 58 228 67 77  
wattwil@psgn.ch

Hembergerstrasse 22  
9630 Wattwil

→ Mehr erfahren

---

## Kontakt & Anmeldung



### Dr. med. Walter Heuberger

Facharzt für Psychiatrie  
und Psychotherapie

Oberarzt Suchttherapie  
Station A08/3 und  
Psychose Station A09/3,  
Erwachsenenpsychiatrie  
Leiter Apotheke

+41 71 913 12 49  
E-Mail  
vCard (Download)



### Christian Euschen

Pflegefachmann HF CAS  
Leadership und  
Führung im Sozial- und  
Gesundheitswesen

Stationsleiter Pflege  
Suchttherapie Station  
A08/3,  
Erwachsenenpsychiatrie

+41 71 913 15 01  
E-Mail  
vCard (Download)

### Zentrale Anmeldung und Information ZAI:

+41 71 913 11 80

- Informationen und Beratung zu therapeutischen Angeboten der Psychiatrie St.Gallen Nord
- Anmeldungen für stationäre Behandlungen
- Anmeldungen für Krisenambulatorium Wil

### Öffnungszeiten ZAI

- rund um die Uhr besetzt
- werktags 8.00 - 17.00 Uhr, davor und danach diensthabender Arzt

### Psychiatrie St.Gallen Nord

Zürcherstrasse 30  
9500 Wil

Tel. +41 71 913 11 80, Fax +41 71 913 11 53  
anmeldung@psgn.ch

→ Google Maps Route