

Sehr geehrte Damen und Herren,

wir möchten Sie auf das anonyme und kostenlose Selbsthilfe-Onlineprogramm „Neustart“ für Menschen mit Glücksspielproblemen ([www.neustart-spielerhilfe.de](http://www.neustart-spielerhilfe.de)) aufmerksam machen und wären insbesondere den Beratungsstellen dankbar für eine Verlinkung auf unsere Seite (sog. Banner zur Einbindung finden Sie unten). Vor allem in Anbetracht der aktuellen Corona-Krise und der Gefahr, dass Menschen mit Glücksspielproblemen von den nun geschlossenen Spielhallen ins – teilweise illegale – Spiel im Internet ausweichen (wo der Spielerschutz oft gering ist bzw. nicht besteht) und auch Beratungsstellen ihr Hilfeangebot reduzieren müssen, kann die Unterstützung durch ein Onlineprogramm eine wichtige und sinnvolle Alternative sein.

**Was ist und wie funktioniert Neustart?** Das Programm wurde von uns – der Arbeitsgruppe Klinische Neuropsychologie des Universitätsklinikums Hamburg-Eppendorf – entwickelt und ist für Betroffene seit Anfang 2018 kostenlos verfügbar. Es handelt sich um ein interaktives Programm mit Übungen, Arbeitsblättern, Videos und Audios zu verschiedenen Problembereichen, die direkt mit dem Glücksspiel zu tun haben, wie Schuldenregulierung und Umgang mit Spieldrang. Darüber hinaus werden auch andere Probleme berücksichtigt, die das Glücksspielen häufig begünstigen wie geringer Selbstwert und Probleme der sozialen Interaktion. Das „Neustart“-Selbsthilfeprogramm besteht aus insgesamt 11 Modulen und beabsichtigt Behandlungsbarrieren zu umgehen, indem es flexibel, anonym, kostenlos und ohne Wartezeiten Hilfe anbietet. Ein Einführungsvideo können Sie über diesen [Link](#) anschauen. Die zugehörige Smartphone-App finden Sie im App-Store (Links zu den App-Stores: [iOS](#) und [Android](#)). Die App ist auf mehreren Sprachen (Deutsch, Englisch, Arabisch, Serbisch) verfügbar. Momentan arbeiten wir an weiteren Übersetzungen sowohl der App als auch des Onlineprogramms. In das Programm haben wir Erfahrungen aus einer Pilotstudie mit dem online-Portal „deprexis“ einfließen lassen, welche wir 2018 publiziert haben ([Link zur Studie](#)).

**Wir würden uns freuen, wenn Sie Betroffene und Kollegen auf das Programm aufmerksam machen.** Auf [www.neustart-spielerhilfe.de](http://www.neustart-spielerhilfe.de) finden Sie Informationen rund um das Programm. Betroffene können hier nach einer kurzen Vorbefragung direkt am Programm teilnehmen. Das Programm eignet sich zum einen zur Selbsthilfe, kann aber auch als unterstützendes Tool von Beratungsstellen oder Therapeuten genutzt werden. **Gerne senden wir Ihnen bei Interesse einen Zugang zum Programm zu (Banner für websites: <https://spieler-selbsthilfe.de/banner.html>).**

Zur Überprüfung des Selbsthilfe-Programms wurde eine wissenschaftliche Studie durchgeführt, die im vergangenen Jahr abgeschlossen wurde. Die Ergebnisse wurden in einer englischsprachigen Fachzeitschrift eingereicht und befinden sich momentan in Begutachtung.

#### *Zusammenfassung der Studienergebnisse*

Zur Überprüfung der Wirksamkeit und Akzeptanz des Programms wurde eine sog. randomisiert kontrollierte Studie durchgeführt. Studienteilnehmer wurden zu Beginn der Studie zufällig in zwei Gruppen verteilt: eine Interventionsgruppe, die „Neustart“ über einen

Zeitraum von 8 Wochen nutzen konnte und eine Wartekontrollgruppe, die den Zugang zu Neustart erst nach einer Wartezeit erhielt. Zwei Messzeitpunkte waren vorgesehen: zu Beginn der Studie und nach 8 Wochen. Die Gesamtstichprobe setzte sich aus 150 Teilnehmern zusammen, etwa zwei Drittel der Teilnehmer (67%) waren männlich, das Durchschnittsalter betrug 35 Jahre. Bezüglich der Verbesserung der Symptomatik nach 8 Wochen zeigte sich in der Neustart-Gruppe eine signifikante (d.h. statistisch nicht zufällige) Verbesserung der Depressivität ( $p = .041$ ; Wahrscheinlichkeit eines Irrtums = 4,1%). Auch bezüglich der Glücksspielsymptomatik, gemessen mit zwei Fragebögen zur Erfassung der Schwere des problematischem Glücksspielverhalten (*Pathological Gambling Adaptation of Yale-Brown Obsessive Compulsive Scale*, PG-YBOCS und *South Oaks Gambling Screen*, SOGS), zeigte sich in der Neustart-Gruppe eine hochsignifikante Verbesserung ( $p < .001$ , PG-YBOCS und  $p < .001$ , SOGS). Es ließen sich jedoch bei keinem Ergebnismaß signifikante Gruppenunterschiede feststellen.

Moderationsanalysen zeigten jedoch, dass ältere Teilnehmer der Neustart-Gruppe eine signifikant größere Verbesserung der glücksspielbezogenen Symptome im Vergleich zur Wartekontrollgruppe zeigten. Daneben war eine höhere Symptomschwere zu Beginn der Studie (Depression und problematisches Glücksspielverhalten) und das Vorhandensein der Diagnose einer Glücksspielsucht oder Posttraumatischen Belastungsstörung mit einem signifikant besseren Verlauf assoziiert im Vergleich zur Kontrollgruppe. Außerdem profitierten diejenigen Teilnehmer der Interventionsgruppe mehr im Vergleich zur Wartekontrollgruppe, bei denen es Hinweise für das Vorhandensein zusätzlicher (komorbider) Störungen (Generalisierte Angststörung, Agoraphobie, Spezifische Phobie und Soziale Phobie) gab.

„Neustart“ wurde insgesamt positiv von den Studienteilnehmern der Interventionsgruppe bewertet. 97% gaben an, das Programm für die Selbstdurchführung geeignet zu halten. 90% gaben an, dass ihre Spielproblematik durch die Anwendung abgenommen habe, 96% empfanden die Anleitung verständlich und das Programm nützlich und 88% bewerteten die Qualität des als gut oder exzellent.

Aufgrund der Ergebnisse haben wir verschiedene Anpassungen gemacht und halten das Programm für eine wirkungsvolle Unterstützung bei Spielern, die bereits psychische Probleme entwickelt haben. Menschen, die gelegentlich spielen bzw. keinen Problemdruck spüren, werden durch das Programm nach bisherigen Erkenntnissen dagegen nicht erreicht.

Prof. Dr. Steffen Moritz

**Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf**

Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie

Martinstraße 52, Gebäude West 37 (Neubau), Raum 04.14.1

20246 Hamburg (Germany)