

## Eine selbstgesteuerte internetbasierte Intervention zur Verringerung von Glücksspielsymptomen

### Hintergrund

Trotz bestehender Angebote nehmen nur etwa 10 % der betroffenen Personen mit einer Glücksspielerkrankung eine Behandlung in Anspruch. Die Gründe, die gegen eine Behandlung sprechen, sind vielfältig: Schamgefühle, eine mangelnde Bereitschaft sich das Problem einzugestehen, der Wunsch allein damit umzugehen, Probleme eine geeignete Behandlungsoption zu finden oder ein Mangel an glücksspielspezifischen Behandlungsangeboten vor Ort. Dadurch entsteht eine große Behandlungslücke, die durch alternative, niedrighschwellige und evidenzbasierte Behandlungsprogramme gedeckt werden könnte. Internetbasierte Dienste können hier eine vielversprechende Alternative bieten, haben sie sich beispielsweise bei der Behandlung von Angststörungen und Depressionen bereits als wirksam erwiesen. In Bezug auf die Wirksamkeit internetbasierter Angebote im Glücksspielbereich zeigten bisherige Untersuchungen gemischte Ergebnisse. Das Hauptziel der vorliegenden Studie war es, die Wirksamkeit einer selbstgesteuerten internetbasierten Intervention (s. <https://www.spieler-selbsthilfe.de/>) auf spielbezogene Gedanken und spielbezogenes Verhalten von Personen mit einer selbstberichteten Glücksspielproblematik zu untersuchen und potenzielle Ergebnismoderatoren zu identifizieren.

### Methodik

Die Untersuchung wurde als randomisiert klinische Studie konzipiert und von Juli 2021 bis Dezember 2022 am Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf durchgeführt. Die 243 aus ganz Deutschland rekrutierten Teilnehmenden (Alter zwischen 18 und 75 Jahren) wurden in eine Interventionsgruppe (n = 119) und eine Kontrollgruppe (n = 124) eingeteilt. Die Intervention bestand aus einem selbstgesteuerten internetbasierten Angebot aus 12 Modulen mit Text-, Video- und Audioinhalten, die problematisches und pathologisches Glücksspielverhalten und damit verbundene emotionale Symptome thematisieren. Diese basierten auf Strategien der kognitiven Verhaltenstherapie, des metakognitiven Trainings, der Akzeptanz- und Commitment-Therapie sowie auf motivierender Gesprächsführung. Dabei nutzte die Interventionsgruppe das Angebot sechs Wochen lang. Zu Beginn des Untersuchungszeitraumes und sechs Wochen danach nahmen die Studienteilnehmenden an einem Online-Assessment teil. Die Kontrollgruppe erhielt erst nach Ablauf des Untersuchungszeitraumes Zugang zur Intervention. Ausschlusskriterien zur Teilnahme an vorliegender Studie war die Lebenszeitdiagnose einer Schizophrenie, Psychose, bipolaren Störung oder Manie sowie Suizidgedanken.

Als Messinstrumente wurden beispielsweise die Yale-Brown Obsessive-Compulsive Scale für pathologisches Glücksspiel (PG-YBOCS), das Patient Health Questionnaire Module 9 (PHQ-9), das South Oaks Gambling Screen (SOGS) und der Gambling Attitudes and Beliefs Survey (GABS) eingesetzt.

### Ergebnisse

Von den 243 Personen aus der Gesamtstichprobe waren 63,4 % männlich und 36,6 % weiblich. Das durchschnittliche Alter der Studienteilnehmenden betrug 35 Jahre. 89,7 % der Personen hatten die deutsche Staatsbürgerschaft und 50,6 % waren vollzeitbeschäftigt. Zu Beginn der Studie wies die Gesamtstichprobe im statistischen Mittel einen moderaten Schweregrad des Glücksspiels, schwere glücksspielspezifische dysfunktionale Gedanken und leichte depressive Symptome auf.



Bayerische Akademie  
für Sucht- und  
Gesundheitsfragen

Landwehrstr. 60-62  
80336 München  
Tel.: 089.530 730-0  
Fax: 089.530 730-19  
E-Mail: [bas@bas-muenchen.de](mailto:bas@bas-muenchen.de)  
Web: [www.bas-muenchen.de](http://www.bas-muenchen.de)

**Sitz der BAS gGmbH**  
Handelsregister B München  
HRB 181761

**Geschäftsführung:**  
Dr. med. Beate Erbas

**Bankverbindung:**  
Bank für Sozialwirtschaft AG  
IBAN:  
DE44 7002 0500 0008 8726 00  
BIC/Swift: BFSWDE33MUE

**Gesellschafter:**  
Bayerische Akademie für Suchtfragen  
in Forschung und Praxis BAS e.V.

Landesstelle  
Glücksspielsucht  
in Bayern 

#### Kooperationspartner:

Bayerische Akademie für  
Sucht- und Gesundheitsfragen  
BAS gGmbH  
[www.bas-muenchen.de](http://www.bas-muenchen.de)

IFT Institut für Therapieforschung  
[www.ift.de](http://www.ift.de)

Freie Wohlfahrtspflege  
Landesarbeitsgemeinschaft Bayern  
[www.freie-wohlfahrtspflege-bayern.de](http://www.freie-wohlfahrtspflege-bayern.de)

**Geschäftsstelle:**  
Edelsbergstr. 10  
80686 München  
[info@lsgbayern.de](mailto:info@lsgbayern.de)  
[www.lsgbayern.de](http://www.lsgbayern.de)

#### Kooperationspartner:

**Freie Wohlfahrtspflege**  
Landesarbeitsgemeinschaft Bayern



Die Verbesserung der Glücksspielsymptome war in der Interventionsgruppe signifikant größer als in der Kontrollgruppe. Es wurde ein signifikant stärkerer Rückgang der spielbezogenen Gedanken und Verhaltensweisen, der depressiven Symptome und des Schweregrads des Glücksspiels in der Interventionsgruppe festgestellt, jedoch nicht bei spielspezifischen dysfunktionalen Gedanken. Die explorative Moderationsanalyse ergab im Vergleich zur Kontrollgruppe einen größeren Nutzen der Intervention für Personen ohne Depressionsdiagnose und für Personen, die Vollzeit arbeiteten. Personen in der Interventionsgruppe, die mehr glücksspielspezifische dysfunktionale Gedanken und schwerere Glücksspielsymptome aufwiesen, zeigten eine signifikante Verbesserung im Vergleich zur Kontrollgruppe. 87,3 % der Teilnehmenden bewerteten die Qualität der Intervention als ausgezeichnet oder gut; 83,5 % würden das Programm weiterempfehlen.

## Diskussion

Die Intervention verbesserte problematisches Glücksspielverhalten und depressive Symptome im Vergleich zu einer Kontrollgruppe signifikant. Es wurden moderate Effektstärken für die Verringerung der Glücksspielsymptome beobachtet, die denen in anderen Studien ähneln. Für die Verringerung depressiver Symptome wurde ein geringerer Effekt beobachtet als bei anderen Studien. Auf glücksspielspezifische dysfunktionale Gedanken hatte die Intervention keine signifikanten Auswirkungen; hier gibt es keine Daten aus anderen Studien. Die Wirksamkeit der Intervention könnte trotz ihrer kurzen Dauer auf eine Verhaltensänderung der Teilnehmenden über das Programm hinaus zurückzuführen zu sein, da sie dazu ermutigt werden, die Übungen in ihrem täglichen Leben anzuwenden.

## Limitationen

Bei den Studienteilnehmenden wurde formal keine Glücksspielstörung diagnostiziert oder ein bestimmter Schwellenwert für den Schweregrad der glücksspielspezifischen Symptome festgelegt, der zur Teilnahme an der Studie berechtigt. Jedoch wurde dadurch eine höhere Generalisierbarkeit der Studie erreicht und es konnten mehr Menschen von der Intervention profitieren. Durch die vorliegende Studie konnten keine Langzeiteffekte ermittelt werden und der Interventionszeitraum von sechs Wochen ist verhältnismäßig kurz.

## Fazit für die Praxis

Diese Studie konnte die Wirksamkeit einer selbstgesteuerten internetbasierten Intervention bei Personen mit selbstberichteter Glücksspielproblematik nachweisen. Angesichts des zunehmenden Bedarfs an leichter zugänglichen Angeboten zur Reduktion von Glücksspielproblemen könnten internetbasierte Interventionen eine Abhilfe schaffen. Zukünftige Untersuchungen sollten überprüfen, ob diese Effekte auch langfristig nachhaltig und breiter anwendbar sind.

## Quelle:

Rolvien, L., Buddeberg, L., Gehlenborg, J., Borsutzky, S., Moritz, S. (2024). A Self-Guided Internet-Based Intervention for the Reduction of Gambling Symptoms: A Randomized Clinical Trial. *JAMA Netw Open*;7(6):e2417282. doi:10.1001/jamanetworkopen.17282.

Das Literaturreferat wurde erstellt von Sarah Frühauf, Bayerische Akademie für Sucht- und Gesundheitsfragen.

*Die hier vorgestellten Texte Dritter geben die Meinungen der vorgestellten Autorinnen und Autoren und nicht unbedingt die Meinung der Landesstelle Glücksspielsucht in Bayern wider.*



Bayerische Akademie  
für Sucht- und  
Gesundheitsfragen

Landwehrstr. 60-62  
80336 München  
Tel.: 089.530 730-0  
Fax: 089.530 730-19  
E-Mail: [bas@bas-muenchen.de](mailto:bas@bas-muenchen.de)  
Web: [www.bas-muenchen.de](http://www.bas-muenchen.de)

**Sitz der BAS gGmbH**  
Handelsregister B München  
HRB 181761

**Geschäftsführung:**  
Dr. med. Beate Erbas

**Bankverbindung:**  
Bank für Sozialwirtschaft AG  
IBAN:  
DE44 7002 0500 0008 8726 00  
BIC/Swift: BFSWDE33MUE

**Gesellschafter:**  
Bayerische Akademie für Suchtfragen  
in Forschung und Praxis BAS e.V.

Landesstelle  
Glücksspielsucht  
in Bayern



### Kooperationspartner:

Bayerische Akademie für  
Sucht- und Gesundheitsfragen  
BAS gGmbH  
[www.bas-muenchen.de](http://www.bas-muenchen.de)

IFT Institut für Therapieforschung  
[www.ift.de](http://www.ift.de)

Freie Wohlfahrtspflege  
Landesarbeitsgemeinschaft Bayern  
[www.freie-wohlfahrtspflege-bayern.de](http://www.freie-wohlfahrtspflege-bayern.de)

**Geschäftsstelle:**  
Edelsbergstr. 10  
80686 München  
[info@lsgbayern.de](mailto:info@lsgbayern.de)  
[www.lsgbayern.de](http://www.lsgbayern.de)

Kooperationspartner:

**Freie Wohlfahrtspflege**  
Landesarbeitsgemeinschaft Bayern

