



Arbeitsgruppe Klinische Neuropsychologie
Klinik und Poliklinik für Psychiatrie und Psychotherapie
Zentrum für Psychosoziale Medizin – Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf



Wie behandelt man die Unbehandelten?

Neustart – Eine Online-Intervention für Automatenspieler

Prof. Dr. Steffen Moritz
Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf, Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie
Arbeitsgruppe Klinische Neuropsychologie
Martinistraße 52, 20246 Hamburg

ÜBERSICHT

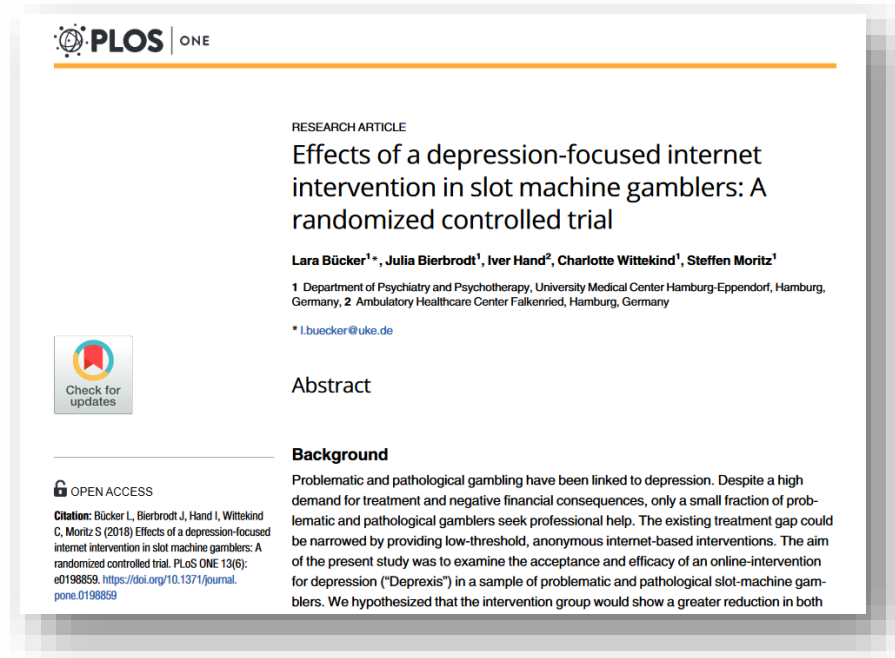
- **Kurzes Intro: Notwendigkeit niedrigschwelliger Behandlung von problematischem Glücksspiel**
- **Ergebnisse und Implikationen der Vorstudie**
- **Vorstellung des Neustart-Portals**
- **Vorstellung der App**
- **Vorläufige Studienergebnisse & langfristige Planung**

Hintergrund

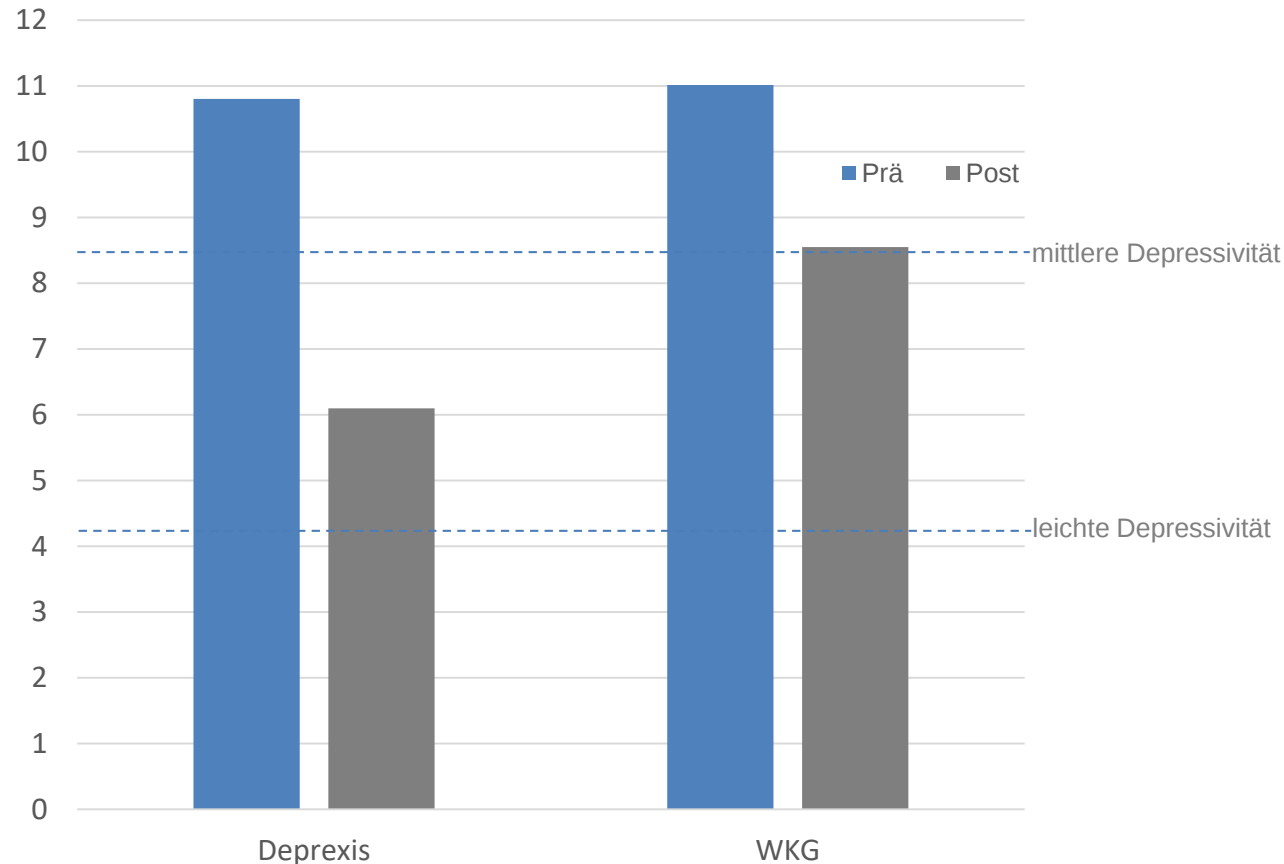
- Verbreitung für problematisches bzw. pathologisches Glücksspiel in Deutschland 0.2-0.6% (Erbas & Buchner, 2012); wenig verlässliche Zahlen
 - 93.6% mindestens eine weitere psychische Störung - Depression bei 40.4% der problematischen Spieler, 36.2% der pathologischen Spieler (Rumpf et al., 2013)
 - Depressive Probleme als Risikofaktor oder auch Trigger von Glücksspiel!
 - heimliche Störung: Ca. 1/10 problematischen Spielern nimmt professionelle Hilfe in Anspruch (geringe Krankheitseinsicht, Scham, Angst vor Verurteilung) (BzGA, 2015; Suurvali et al., 2009)
- ➔ Bedarf an niedrigschwelligen, leicht zugänglichen und anonymen Hilfsangeboten

Ziele und Hypothesen

- Ziele: Untersuchung der Wirksamkeit von Deprexis auf die Verringerung der spielbezogenen Symptomatik sowie depressiven Symptome
- Hypothesen: Größere Reduktion der Depressivität sowie spielbezogene Symptomatik in der Interventions- gegenüber der Kontrollgruppe



DEPREXIS - Depressivität (PHQ-9)

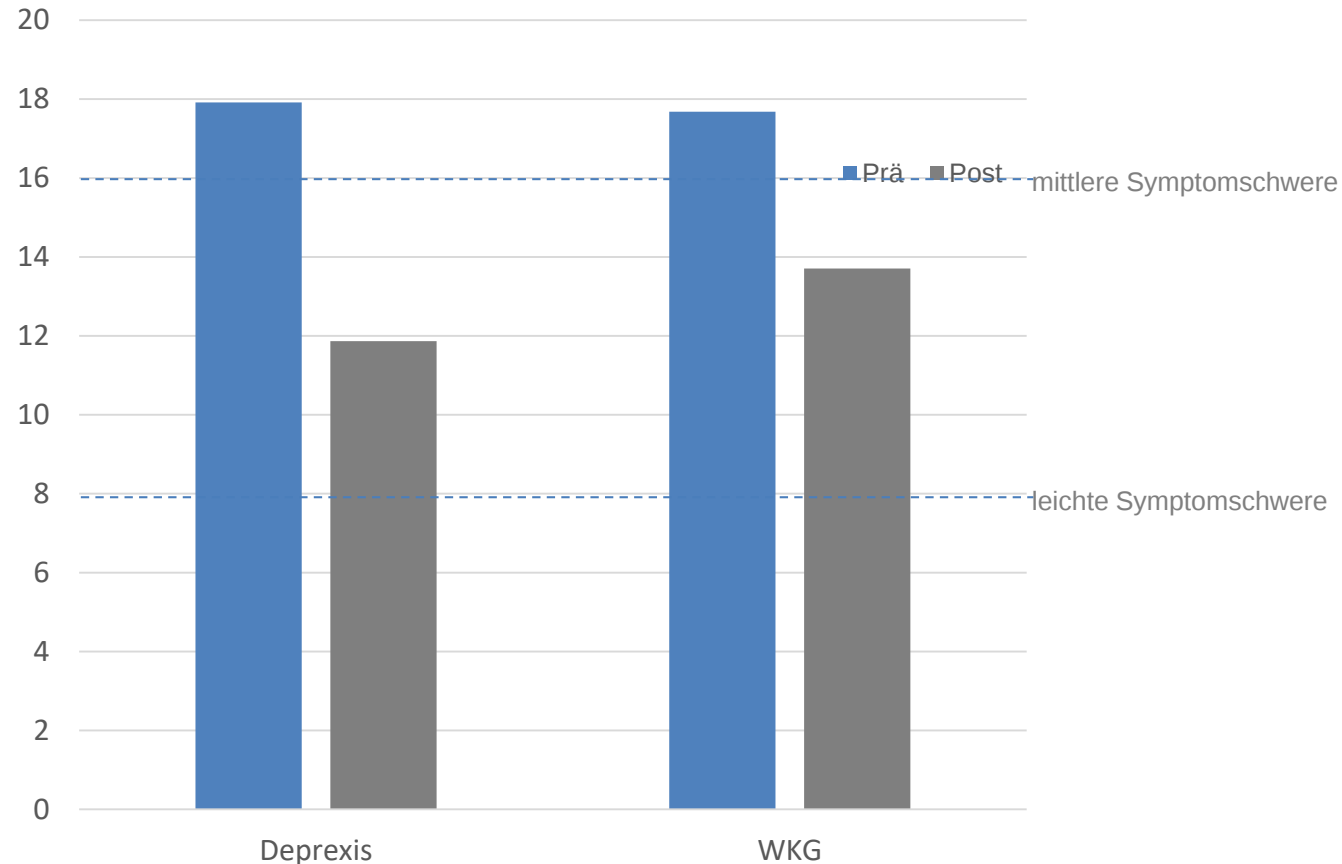


Bücker, L., Bierbrodt, J., Hand, I., Wittekind, C. E., Moritz, S. (2018). Effects of a depression-focused internet intervention in slot machine gamblers: A randomized controlled trial *PLOS ONE*

$N = 265$ Betroffene

ITT: $F(1, 138) = 19.635, p < .001, \eta^2_p = .125$; hochsignifikanter Gruppenunterschied über die Zeit zugunsten Deprexis im mittleren bis starken Effektstärkenbereich

DEPREXIS- Pathologisches Glücksspiel (PG-Y-BOCS total)



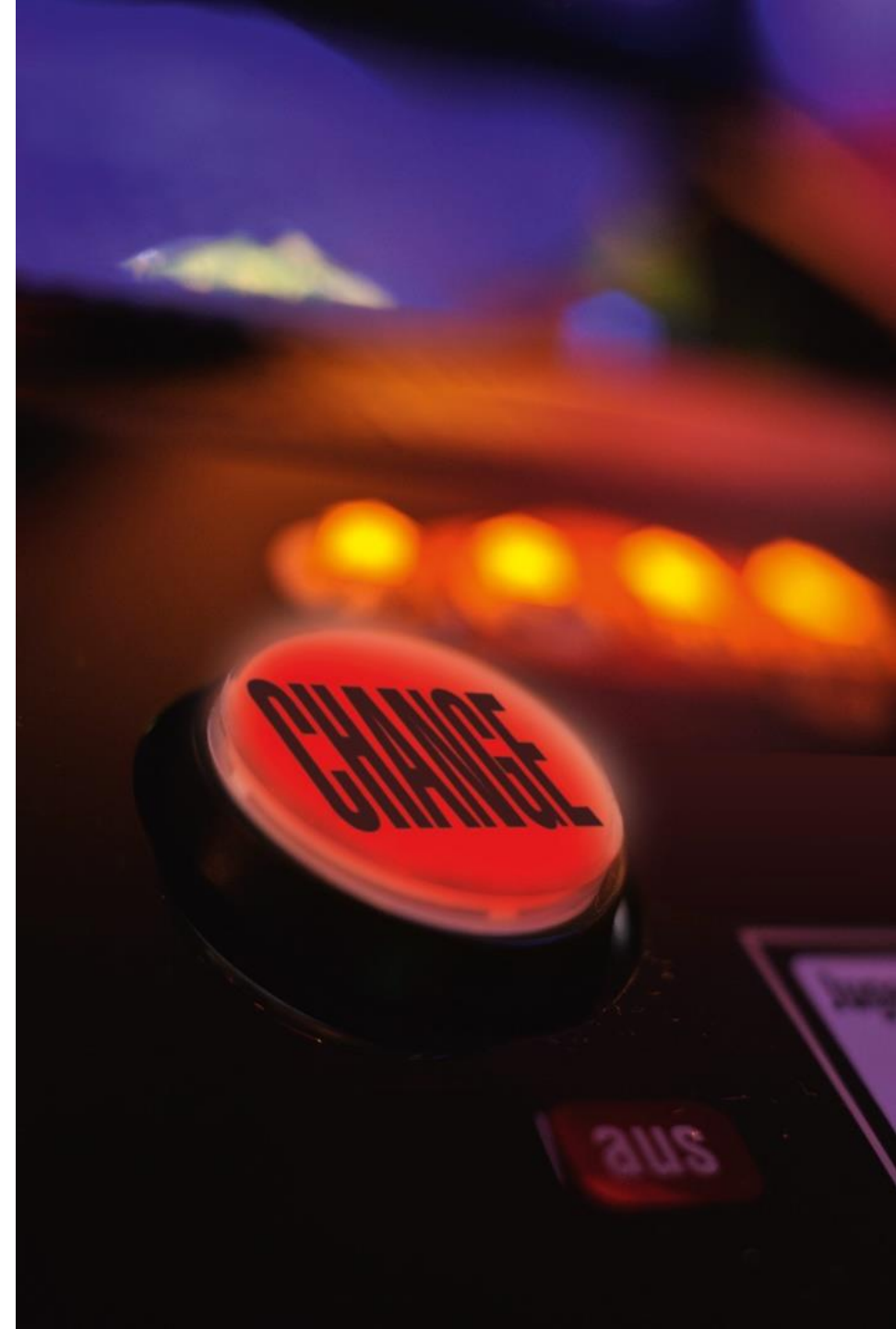
Bücker, L., Bierbrodt, J., Hand, I., Wittekind, C. E., Moritz, S. (2018). Effects of a depression-focused internet intervention in slot machine gamblers: A randomized controlled trial *PLOS ONE*

$N = 265$ Betroffene

ITT: $F(1,138) = 4.006$, $p = .047$, $\eta^2_p = .028$; signifikanter Gruppenunterschied zugunsten Deprexis im Verlauf

Online-Selbsthilfe bei pathologischem Automaten-Glücksspiel

„NEUSTART“ – EINE NEUE ONLINE-INTERVENTION



Neues Online Programm – Neustart

- Eigenes geschütztes, kostenloses Portal
- Spezialisierung der therapeutischen Inhalte auf Glücksspiel-relevante Themen
- Zusätzliche App zur Verstetigung der Therapieerfolge (tägliche Erinnerungen über Push-Nachrichten)
- Keine Rede mehr von „Depression“, sondern höchstens „depressive Symptome“ oder „emotionale Probleme“, „schlechte/niedergedrückte Stimmung“ etc.
- Möglichkeit bei Bedarf über Nachrichten/Chat mit Behandler (Moderator) zu kommunizieren

Webseite – www.neustart-spielerhilfe.de

- Glücksspielsucht
- Wissenschaftliche Vorstudie
- Behandlungsprogramm
- Fragen & Antworten
- Das Team

Neustart: Psychologisches Programm zur Bewältigung von problematischem Glücksspiel

Kostenlos, anonym, wissenschaftlich untersucht und begleitet.

Sucht: Wenn aus Lust Last und aus Spiel Ernst wird!

GLÜCKSSPIELSUCHT

Wann ist Hilfe nötig. Drei Faustregeln!
Therapie von Glücksspiel

Allgemeine Einführung

Vieles, was Freude und Spaß bereitet, kann im Übermaß genossen oder betrieben zu Problemen bis hin zur Abhängigkeit und zu psychischen Störungen führen. Das gilt zuallererst natürlich für Drogen sowie für Alkohol und Stimulanzien/ Aufputschmittel. Aber auch Kaufen und auch Glücksspiel^[1], um nur ein paar menschliche Verhaltensweisen zu nennen, können zu Lasten mit schwerwiegenden Problemen werden.

Die Forschung unterscheidet sogenannte stoffliche Süchte wie z.B. Alkohol oder Cannabis von Verhaltenssüchten wie z.B. Kaufsucht oder problematisches Glücksspiel. Bei den stofflichen Süchten kann es neben einer **psychischen Abhängigkeit** auch zu einer **körperlichen Abhängigkeit** kommen. Dies ist z.B. bei Alkohol und Schlaftabletten (sog. Benzodiazepinen) der Fall, bei denen es, bei

Behandlungsprogramm

Wie läuft die Sache ab?

Wie im vorherigen Menüpunkt schon beschrieben, besteht das Gesamtprogramm aus zwei Einheiten. Zum einen können Sie ein **Online-Programm** zur Bewältigung von emotionalen Problemen nutzen, welches auch auf spielsuchtbezogene Probleme abgestimmt ist. Zusätzlich bieten wir eine **Smartphone-App** an, die in Kombination mit dem Online-Programm genutzt werden kann.

Bei dem zweiten Programm handelt es sich um das sogenannte **Retraining**, mithilfe dessen das Verlangen nach dem Spielen reduziert werden soll. Dieses Training kann am Computer durchgeführt werden.

Nachdem Sie die Eingangsbefragung abgeschlossen haben, werden Sie für eines der beiden Programme freigeschaltet. Dieses Programm können Sie dann für die nächsten 4 Wochen nutzen. Danach findet ein Wechsel zum jeweils anderen Programm statt (d.h. einige Teilnehmer starten mit dem Retraining, andere mit dem Online-Behandlungsportal). Nach weiteren 4 Wochen bitten wir Sie, an der Abschlussbefragung teilzunehmen.

Bevor Sie starten können, bitten wir Sie nun erst einmal über den folgenden Link die Eingangsbefragung durchzuführen:

https://www3.unipark.de/uc/neustart_vorbefragung

Sie werden hier weder nach Ihrem Namen noch Adressen oder anderen persönlichen Angaben gefragt. Wir brauchen jedoch eine E-Mail-Adresse, damit wir Ihnen einen Code zum Programm zusenden können.

Über Freemail Anbieter wie z.B. *gmx.de* oder *web.de* können Sie einfach und kostenlos einen anonymen E-Mail Account erstellen (z.B. *seerose101@gmx.net*), der keinen Hinweis auf ihre Identität gibt. Während der Registrierung werden Sie auch zu Glücksspielproblemen und depressiven Symptomen befragt werden. Dies dauert ca. 10 Minuten. Nachdem Sie am Ende die E-Mail-Adresse eingegeben haben, erhalten Sie innerhalb von 1-2 Tagen den Code, mit dem Sie sich dann in das Programm einloggen können bzw. einen Link zum Retraining.

BEHANDLUNGSPROGRAMM

- Wie läuft die Sache ab?
- Selbsttest
- Neustart App



Willkommen!

Bitte tragen Sie Ihren vierstelligen Code und Ihr Passwort ein

Code

Passwort

Login

[Passwort vergessen?](#)



Neustart – Online Programm

- Bestehend aus insgesamt 11 Einheiten:
 - Einführung
 - ABC-Schema
 - Selbstwert
 - Soziale Kompetenz
 - Aufbau positiver Aktivitäten
 - Das Denken verändern
 - Achtsamkeit
 - Schlaf
 - Umgang mit Spieldruck & Spielverhalten
 - Schuldenregulierung
 - Vorbeugen von Rückfällen




Home


Willkommen zurück!

Möchten Sie mit Einheit "Schlaf" auf Seite 3 fortfahren? [Hier klicken](#)

Ihre Einheiten

 Einführung	 ABC-Schema
 Schuldenregulierung	 Umgang mit Spieldrang
 Soziale Kompetenz	 Das Denken verändern
 Selbstwert	 Schlaf
 Aufbau positiver Aktivitäten	 Achtsamkeit
 Vorbeugen von Rückfällen	

Arbeitsblätter

 Schlafhygiene	 Achtsamkeit
 Selbstwert	 Umgang mit Spieldrang
 Schuldenregulierung	 Vorbeugen von Rückfällen
 ABC-Schema	 Meine Aktivitäten

Neustart-App

Für Android-Smartphones [hier](#) herunterladen oder im Google Store nach "Neustart - Change" suchen.
Für iOS [hier](#) herunterladen oder im App Store nach "Neustart - Change" suchen.

Hilfe und Anleitungen

- [Einführungsvideo erneut anschauen](#)
- [Häufig gestellte Fragen](#)
- [Hinweise zum Datenschutz](#)

Bildquellen

Neustart – Online Programm

- Spieler werden direkt angesprochen; Glücksspiel-relevante Beispiele; stets Bezug zum problematischen Spielverhalten in allen Einheiten
- Einfache, klare Sprache
- Einheiten basieren auf Grundlagen der kognitiven Verhaltenstherapie
- In allen Einheiten interaktive Übungen mit Bebilderung (Textfelder, ABC-Schemas, Single-/Multiple-Choice Übungen)
- Zu jeder Einheit gibt es Arbeitsblätter (zum Ausdrucken)
- Zeitlicher Rahmen: selbstbestimmt; Empfehlung: 1-2 Module pro Woche; Pausen einbauen, um Konzentration nicht zu verlieren

Neustart Einführungsvideo

Willkommen zurück!

Möchten Sie mit Einheit "Vorbeugen von Rückfällen" auf Seite 7 fortfahren? [Hier klicken](#)

Ihre Einheiten

Einführung	ABC-Schema
Schuldenregulierung	Umgang mit Spieldrang
Soziale Kompetenz	Das Denken verändern
Selbstwert	Schlaf
Aufbau positiver Aktivitäten	Achtsamkeit
Vorbeugen von Rückfällen	

Arbeitsblätter

Schlafhygiene	Achtsamkeit
Selbstwert	Umgang mit Spieldrang
Schuldenregulierung	Vorbeugen von Rückfällen
ABC-Schema	Meine Aktivitäten

Neustart-App

Für Android-Smartphones [hier](#) herunterladen oder im Google Store nach "Neustart - Change" suchen.
Für iOS [hier](#) herunterladen oder im App Store nach "Neustart - Change" suchen.

Hilfe und Anleitungen

- [Einführungsvideo erneut anschauen](#)
- [Häufig gestellte Fragen](#)
- [Hinweise zum Datenschutz](#)

Neustart – Beispiele Einheiten

Fehlinterpretation von Wahrscheinlichkeiten: Der Spielerfehlschluss

Wir beginnen an dieser Stelle zur Verdeutlichung dieses Denkfehlers mit einer kurzen Übung.

Interaktive Übung



Beim Roulette sind die Hälfte der Zahlen „rot (R)“ und die andere Hälfte der Zahlen „schwarz (S)“. Bitte geben Sie bei den folgenden Reihen an, welche am wahrscheinlichsten mit rot (R) enden wird?

1. R S R R R S S R _
2. S S S S S _
3. S S S S S S S S _

- ☐ Reihe 1
- ☐ Reihe 2
- ☐ Reihe 3
- ☐ Für alle Reihen ist die Wahrscheinlichkeit, mit rot (R) zu enden, gleich.

Fast-Gewinne

Es wird z.B. das Eintreffen von nur vier statt der nötigen fünf gleichen Früchte, Zahlen oder anderen Gewinnsymbole nicht als Verlust erlebt, sondern eher als Gewinn oder als Gewinnankündigung („Gleich ist der Automat fällig“) bewertet. Diese **Fast-Gewinne** führen dazu, dass trotz des eigentlichen Verlusts weitergespielt wird. Zudem werden Verluste oft von positiv verstärkenden Signalen wie Melodien begleitet und erscheinen auf diese Weise wie ein tatsächlicher Gewinn.



Einschätzung

Bitte geben Sie an, wie sehr die glücksspiel-spezifische gedankliche Verzerrung „Fast-Gewinne“ Ihrer Meinung nach auf Sie zutrifft:

- ☐ Gar nicht - das habe ich nie bei mir beobachtet.
- ☐ Ein wenig – manchmal habe ich solche Gedanken gehabt
- ☐ Sehr – derartige Gedanken kenne ich gut von mir

Speichern!

Zurück Weiter

Neustart – Beispiele Arbeitsblätter

Arbeitsblatt 1

Monatlicher Haushaltsplan (angelehnt an Petry, 2003)

Benutzen Sie den Haushaltsplan, um einen Überblick über Ihre monatlichen Einnahmen und Ausgaben zu erhalten. Dies kann Ihnen dabei helfen einen realistischen und normalen Umgang mit dem Ihnen zur Verfügung stehenden Geld wiederzugewinnen. Den Haushaltsplan können Sie in einer [interaktiven PDF](#) direkt ausfüllen oder einfach ausdrucken.

Arbeitsblatt 2

Tägliches Ausgabenprotokoll (angelehnt an Petry, 2003)

Zusätzlich zur Monatsübersicht, können Sie ein tägliches Ausgabenprotokoll führen, indem Sie genau auflisten, wie viel Geld Sie für was am Tag ausgeben. Das tägliche Ausgabenprotokoll können Sie ebenfalls in einer [interaktiven PDF](#) direkt ausfüllen oder ausdrucken.

Arbeitsblatt 3

Schuldenaufstellung – Liste der Gläubiger (angelehnt an Petry, 2003)

Gewinnen Sie einen Überblick über Ihre momentane Verschuldung, in dem Sie in der [interaktiven PDF](#) die Höhe und Dringlichkeit ihrer Schulden sowie die Gläubiger auflisten.

Arbeitsblatt 4

Liste mit Maßnahmen zur Schuldenregulierung

In diesem Arbeitsblatt können Sie Ihre persönliche Liste mit Maßnahmen zur Regulierung Ihrer Schulden erstellen. Tragen Sie sich den Start jeder Maßnahme direkt fest in Ihren Kalender ein! Die in der Einheit „Schuldenregulierung“ zuvor eingetragenen Maßnahmen wurden bereits in das Arbeitsblatt importiert. Um eine weitere Maßnahme hinzuzufügen, klicken Sie auf „Eintrag hinzufügen“.

Mit einem Klick auf „Daten importieren“ wird Ihnen Ihre persönliche Liste angezeigt und kann weiter ergänzt werden.

Monatlicher Haushaltsplan (angelehnt an Petry, 2003)

Monatlicher Haushaltsplan			
Monat:			
Einnahmen		Ausgaben	
Gehalt/Rente, Übergangsgeld, Krankengeld, Arbeitslosengeld, Sozialhilfe, u.a.	€	Miete und Nebenkosten	€
		Versicherungen (auch Kfz), Mitgliedsbeiträge	€
Weitere Einnahmen (z.B. Zuwendungen Dritter, Ersparnisse, etc.)	€	Laufende Abzahlungen (Kredite, Raten)	€
		Familie (Unterhalt, Versorgung, Kinder, etc.)	€
Monatliche Gesamteinnahmen	€	Feste monatliche Gesamtausgaben	€
		Monatliche Gesamteinnahmen	€
		- Monatliche Gesamtausgaben	€
		= Freie verfügbare Summe	€
Benötigtes Taschengeld (für Kleidung, Kosmetika, Genussmittel etc.):			€
Anmerkungen:			

Neustart – Nachrichtenfunktion



Home > Nachrichten

Bearbeiter 

Posteingang

Absender	Betreff	Datum	
	RE: test	06. Jun 2017 17:05	Ansehen Antworten

Seite 1 von 1, zeige 1 Einträge von 1, Einträge 1 bis 1

[< zurück](#) [weiter >](#) [Ausgang](#) [Neue Nachricht verfassen](#)



Home > Nachrichten



Nachricht verfassen

Empfänger

Betreff

Text

[Absenden](#)

[Posteingang](#)



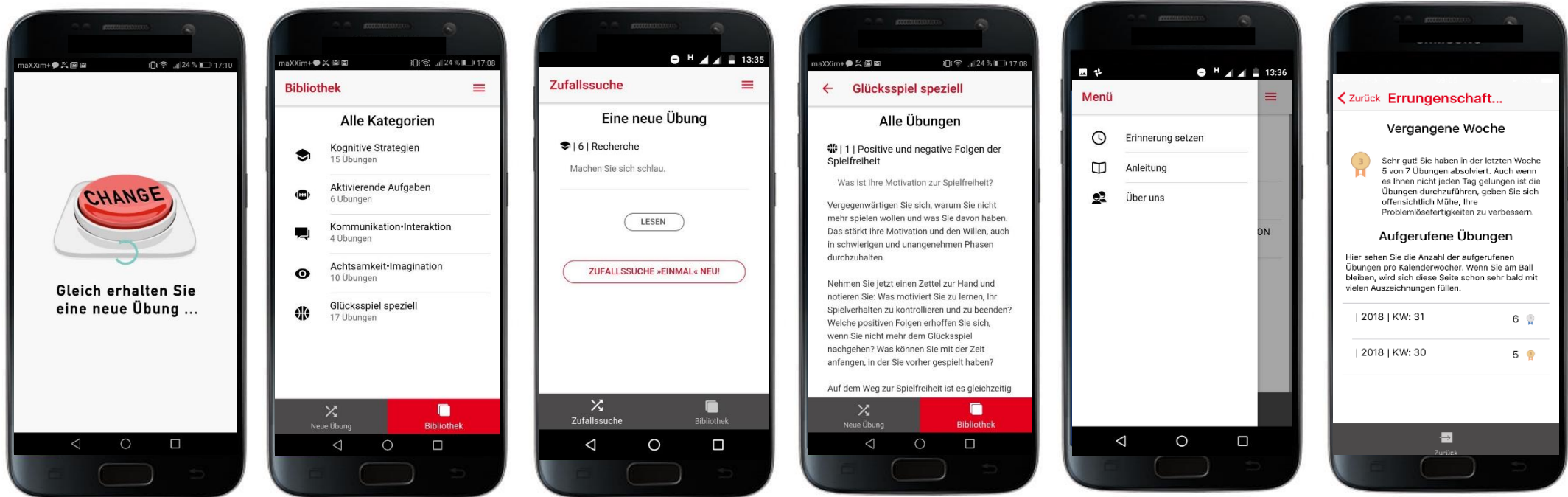
Neustart - App

- Kostenlose Selbsthilfe-App, die in Kombination mit dem Online-Behandlungsportal www.neustart-spielerhilfe.de angeboten wird
- Verfügbar für Android- und iOS-Betriebssystem „Neustart – Change“ (Krasberg, Bückner, Moritz & Grzella)
- Verwendete Selbsthilfe-Methoden zu emotionalen und Spielsucht-bezogenen Problemen basieren auf wissenschaftlich anerkannten Techniken der kognitiven Verhaltenstherapie (KVT)
- *Gamification*-Elemente: Sammlung von Medaillen (Bronze, Silber, Gold) abhängig von absolvierten Übungen

Neustart - App



- Dient der Verstärkung der Therapieerfolge (durch tägliche Erinnerungen unabhängig der aktuellen Stimmung der Benutzer)
- Übungen (max. 180 Wörter) nehmen nur wenige Minuten in Anspruch & können auf diese Weise gut in den Alltag integriert werden



Server & Datenschutz

- Portal läuft über sicheren Server (SSL-Zertifikat)
- HTTPS Transportverschlüsselung (abhörsichere Datenübertragung)
- Nutzer können sich eine anonyme Mailadresse einrichten (an keiner Stelle wird ein Name erfragt), an welche sie personalisierte Login-Daten geschickt bekommen (random Codes)
- IP-Adressen werden nicht gespeichert!
- Auswertung erhobener Daten erfolgt in anonymisierter Form und nur von Projektmitgliedern (Daten werden auf passwortgeschützten Rechnern gespeichert)



Wie erreichen wir Betroffene?

- Visitenkarten mit URL der Info-Webseite
- Schaltung einer Google AdWords Kampagne
- Zusammenarbeit mit Beratungsstellen, Unterstützung durch AWI



<http://neustart-spielerhilfe.de/>

Wenn aus Spiel Ernst wird!

- Online-Selbsthilfeprogramm **Neustart** zur Bewältigung von problematischem Glücksspiel.
- **Anonym, kostenlos, und wissenschaftlich begleitet** durch das Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf.
- **Informationen und Registrierung** auf <http://neustart-spielerhilfe.de/>

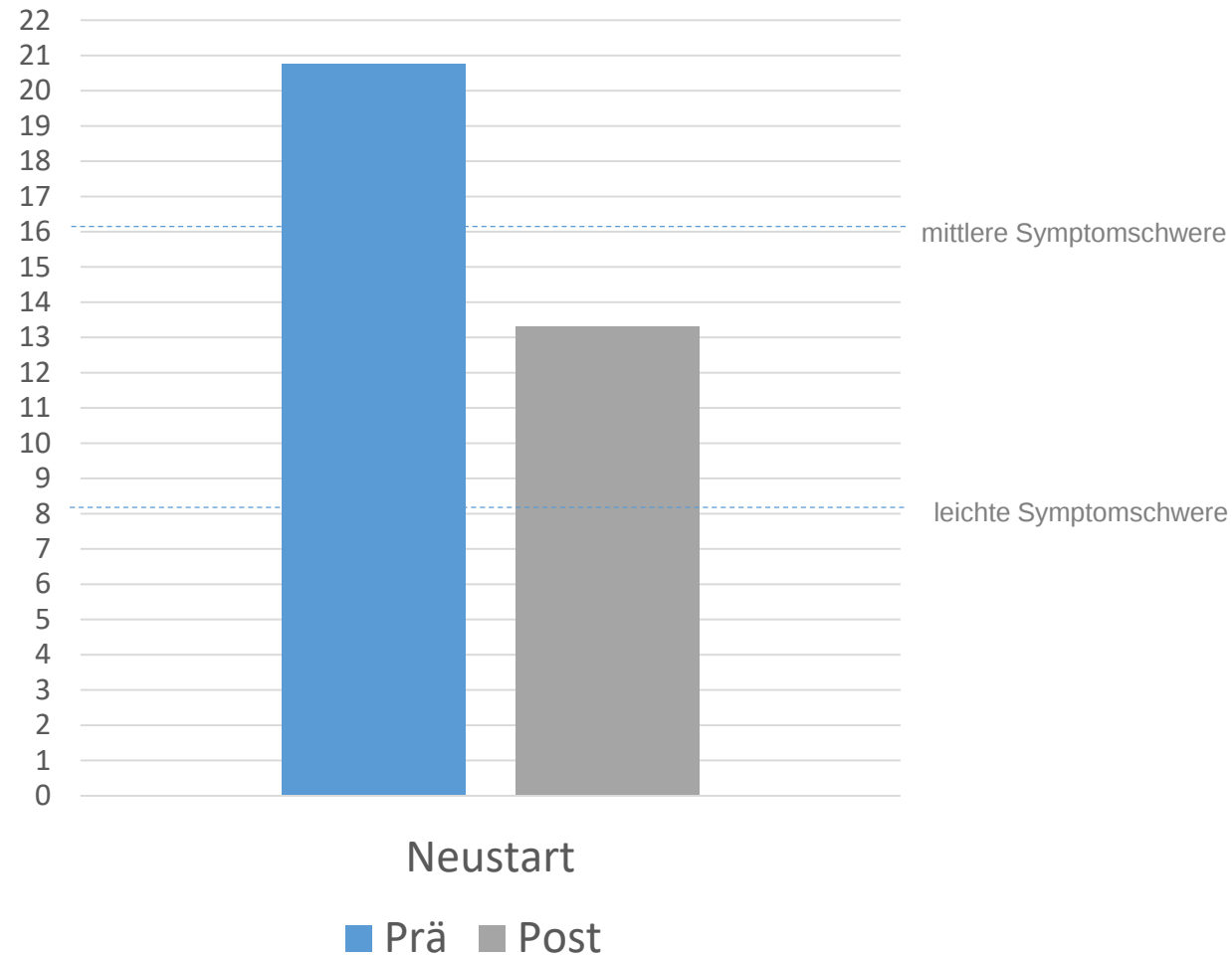
Bisherige Nutzung/Interesse

- Webseite verzeichnete bislang **5.391** Besucher (**500-600** Besucher pro Monat in den letzten 4 Monaten)
- Über die Anwendungsbeobachtung meldeten sich **75** Betroffene
- In 4-armige Studie wurden **276** Betroffene eingeschlossen (alle Teilnehmer bekommen im Rahmen der Studie Zugang zu Neustart)
- App hat **100+** Installationen
- Hilfesystem zeigt Interesse am Programm: Zusammenarbeit mit Beratungsstellen, Kollegen im Haus etc. (komplementäre Therapie)

Vorläufige Ergebnisse RCT

- Neustart-RCT von Januar bis Dezember 2018 ($N = 146$)
- Ca. 70% nutzen Neustart-Programm
- Erhebung vor Beginn der Intervention (T0) und nach 8 Wochen Interventionszeitraum (T1)
- Wiedererreichungsquote ca. 40%

Glücksspielbezogene Symptome (PG-YBOCS): vorläufig



PP Neustart: hochsignifikante Verbesserung über die Zeit ($t(30) = 5.05, p < .001$)

Moderationsanalysen (signifikante Interaktionseffekte)

- Ergebnisse der Moderationsanalysen auf die Verbesserung der glücksspielbezogenen Symptome (PG-YBOCS)
- Teilnehmer der Interventionsgruppe zeigten eine signifikant größere Verbesserung der glücksspielbezogenen Symptome im Vergleich zur WKG, wenn sie:
 - Eine hohe Symptomschwere zu Beginn der Studie aufwiesen (Depression und Glücksspielverhalten, PHQ-9 und SOGS)
 - Ein höheres Alter hatten
 - Das Vorhandensein einer Diagnose einer Glücksspielstörung oder einer PTBS angaben
 - Aktuell *kein* weiteres Selbsthilfeprogramm nutzten
 - Aktuell Anzeichen für das Vorhandensein komorbider Störungen zeigten (GAD, Agoraphobie, Spezifische Phobie, Soziale Phobie)

Subjektive Evaluation

- Bewertung des Programms insgesamt positiv:

100% fanden das Programm nützlich und würden es weiterempfehlen

81,9% meinen, dass ihre Spielproblematik durch die Nutzung abgenommen hat

54,5% schafften es, es regelmäßig anzuwenden

83,3% sind mit der Qualität des Programms zufrieden

80% sind mit der Qualität der App zufrieden



Langfristige Planung

- Um mehr Betroffene zu erreichen: Übersetzung in weitere Sprachen (z.B. Türkisch, Arabisch)
- Wissenschaftliche Evaluationen und Veröffentlichung der Ergebnisse in Fachzeitschriften
- Um Behandlungsadhärenz zu fördern: aktive Erinnerungen, das Programm zu nutzen und individuelles Feedback für bereits abgeschlossene Übungen



Projektbeteiligte

u.a.

- Projektleitung: Lara Bücken & Prof. Dr. Steffen Moritz
- Dr. Stefan Westermann, Universität Bern (Entwicklung des Online Programms, Wartung, Einrichtung neuer Features)
- Karsten Grzella, UKE (App + Webseite)
- Jannik Blömer, UKE (IT, Programmpflege)
- Arne Sibilis, UKE (IT, Programmpflege)
- Prof. Dr. Simone Kühn, UKE (Entwicklung Retraining)
- M.Sc. Lilian Krasberg (Texte für App)
- Prof. Dr. Lena Jelinek (Texte für Einheiten des Portals)

