



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

Interessenskonflikte

- Studien zumeist öffentlich gefördert (DFG/BMBF), Buchhonorare an Forschung gespendet
- 10.000€ von Firma Eli Lilly für die Verbreitung des Metakognitiven Training (MKT) für Psychose – kein privater Selbstbehalt
- Vorträge für Firma Janssen-Cilag zu Schizophrenie – private Auszahlung, Spende auf Forschungskonto
- Aktuell: Vorstudie mit insgesamt 100.000€ gefördert durch Verband der Deutschen Automatenindustrie (VDAI; entspricht 3 Jahre Arbeitgeberbrutto 50% Psychologe), öffentliche Förderung vorher abgelehnt

Übersicht

- Kurzes Intro: Notwendigkeit niedrigschwelliger Behandlung von problematischem Glücksspiel
- Ergebnisse und Implikationen der Vorstudie
- Vorstellung des Neustart-Portals
- Vorstellung der App
- Anstehende Aufgaben

Online-Selbsthilfe bei pathologischem Automaten-Glücksspiel

KURZES INTRO: NOTWENDIGKEIT NIEDRIGSCHWELLIGER BEHANDLUNG VON PROBLEMATISCHEM GLÜCKSSPIEL



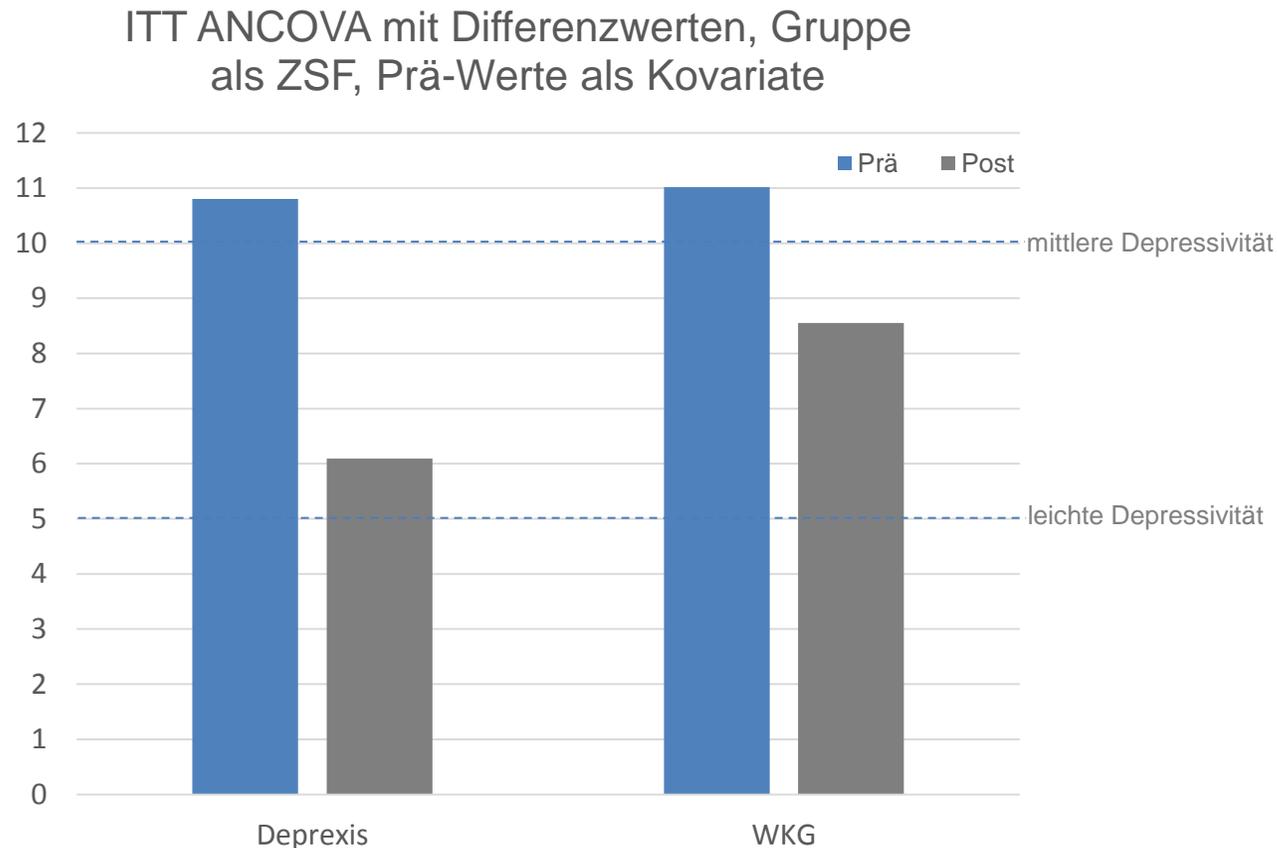
Hintergrund

- 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 zweier bei *Spielsucht* Behandlung neuartiger Computer-Programme (Deprexis und Retraining) auf die Verringerung der spielbezogenen Symptomatik sowie depressiven Symptome
- Hypothesen:
Größere Reduktion der Depressivität, Ängstlichkeit sowie spielbezogenen Symptomatik und Depressivität in der Interventions- gegenüber den Kontrollgruppen

DEPREXIS - Depressivität (PHQ-9)

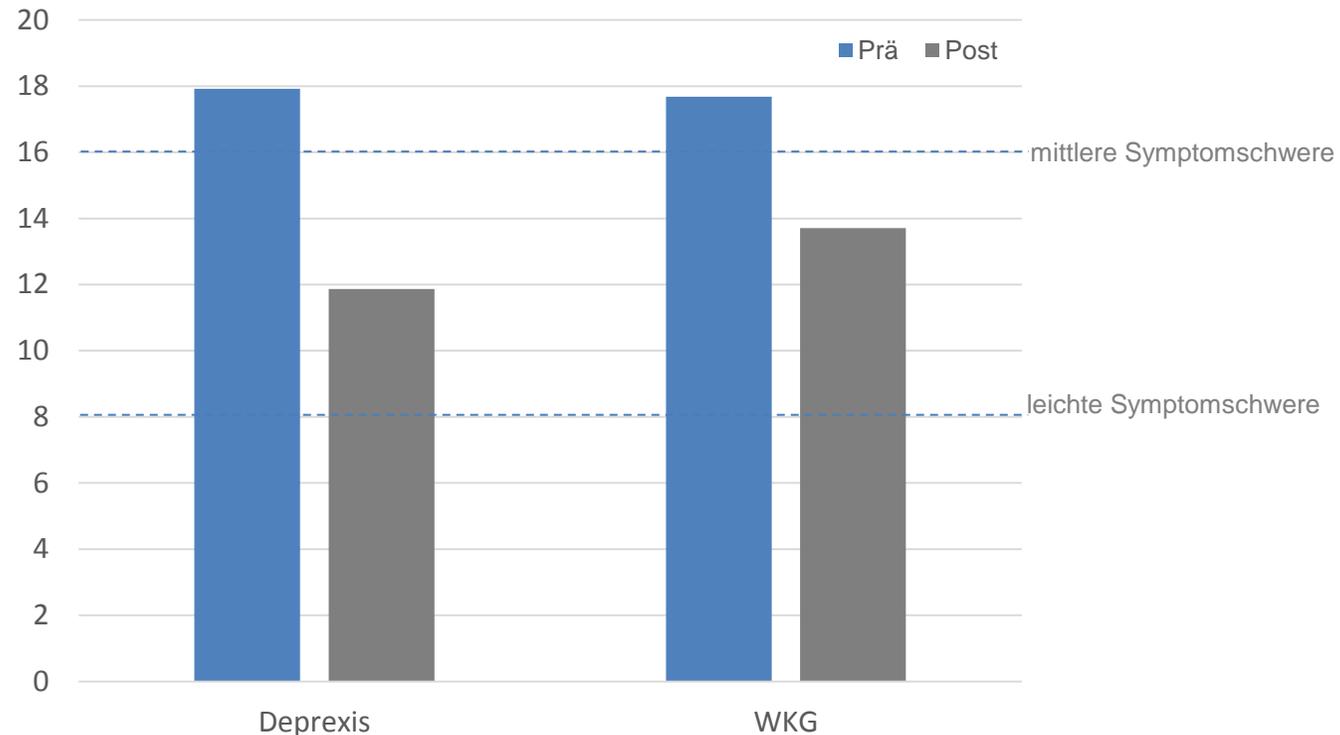


ITT: $F(1, 138) = 19.635, p < .001, \eta^2_p = .125$; hochsignifikanter Gruppenunterschied über die Zeit zugunsten Deprexis im mittleren bis starken Effektstärkenbereich

Bücker et al.

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

ITT ANCOVA mit Differenzwerten, Gruppe als ZSF, Prä-Werten als Kovariate



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

Bücker et al.

Online-Selbsthilfe bei pathologischem Automaten-Glücksspiel

IMPLIKATIONEN DER VORSTUDIE



Zusammenfassung der Ergebnisse

- Große Nachfrage nach Computer-basierter Selbsthilfe; „heimliche Störung“
- Signifikant stärkere Reduktion der Depressivität sowie des Spieldranges/Gedanken an das Spielen in Deprexis Gruppe

Probleme:

- Zu lang, zu kompliziertes Anschreiben, Logo der Psychiatrie schreckte einige Teilnehmer ab
- Deprexis teuer, sieht keine Anpassung an spezifische Spielerprobleme vor

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



U+H
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 Lastern mit schwerwiegenden Problemen werden.

Die Forschung unterscheidet sogenannte stoffliche Süchte wie z.B. Alkohol oder Cannabis von Verhaltenssuchten 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://ww3.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

Eingangsbefragung



diese Befragung ist im Aufbau, eine Teilnahme ist noch nicht möglich

Computerbasiertes Trainingsprogramm für Menschen mit Glücksspielproblemen

Sehr geehrte Damen und Herren,

vielen Dank für Ihr Interesse an unserem Behandlungsprogramm. Wir möchten Ihnen einerseits schnell und niedrigschwellig Hilfe anbieten und andererseits im Rahmen einer sogenannten Anwendungsbeobachtung die Wirksamkeit der beiden computerbasierter Selbsthilfe-Programme auf Ihr Wohlbefinden und Spielverhalten überprüfen. Auf diese Weise können wir die Intervention laufend anpassen und verbessern. Der Schwerpunkt des einen Trainings liegt auf der Veränderung des Spieldranges („Retraining“-Programm), während es beim zweiten Training um die Behandlung der häufig mit Spielproblemen einhergehenden depressiven Symptome geht. Alle Teilnehmer erhalten Zugang zu beiden Trainingsprogrammen, die wir nacheinander vorgeben, damit Sie sich auf ein Training zur Zeit konzentrieren können. Die Programme sollen jeweils für 4 Wochen durchgeführt werden.

Die Teilnahme ist für Sie kostenlos und erfolgt anonym. Rückschlüsse auf einzelne Befragungsteilnehmerinnen und -teilnehmer sind nicht möglich (sofern Sie eine anonyme Email Adresse angeben).

Es folgt nun kurze Eingangsbefragung, nach deren Abschluss wir uns per E-Mail mit Ihrem persönlichen Programmzugang bzw. Informationen zum weiteren Vorgehen bei Ihnen melden.

Bei Fragen oder Unklarheiten können Sie sich gerne per E-Mail an den Leiter Prof. Dr. Steffen Moritz (moritz@uke.de) wenden.

Herzlichen Dank für Ihre Unterstützung!
Prof. Dr. Steffen Moritz & Prof. Dr. Simone Kühn & Dr. Dipl.-Psych. Charlotte Wittekind

Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf
Zentrum für Psychosoziale Medizin
Arbeitsgruppe Klinische Neuropsychologie
Martinistraße 52
D-20246 Hamburg

Weiter



Wie oft fühlten Sie sich in den letzten 2 Wochen durch die folgenden Beschwerden beeinträchtigt?

| | Überhaupt nicht | An einzelnen Tagen | An mehr als der Hälfte der Tage | Beinahe jeden Tag |
|---|-----------------------|-----------------------|---------------------------------|-----------------------|
| Wenig Interesse oder Freude an Ihren Aktivitäten | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Niedergeschlagenheit, Bedrücktheit oder Hoffnungslosigkeit | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Schwierigkeiten, ein- oder durchzuschlafen, oder vermehrter Schlaf | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Müdigkeit oder Gefühl, keine Energie zu haben | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Verminderter Appetit oder übermäßiges Bedürfnis zu essen | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Schlechte Meinung von sich selbst; Gefühl, ein Versager zu sein oder die Familie enttäuscht zu haben | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Schwierigkeiten, sich auf etwas zu konzentrieren, z. B. beim Zeitung lesen oder Fernsehen | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Waren Ihre Bewegungen oder Ihre Sprache so verlangsamt, dass es auch anderen aufgefallen sein könnte? Oder waren Sie im Gegenteil eher „zappelig“ oder ruhelos und hatten dadurch einen stärkeren Bewegungsdrang als sonst? | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Gedanken, dass Sie lieber tot wären oder sich Leid zufügen möchten | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |

Weiter



Willkommen!

Bitte tragen Sie Ihren vierstelligen Code und Ihr Passwort ein

Code

Passwort

Login

[Passwort vergessen?](#)



Neustart – Online Programm

- Bestehend aus insgesamt 10 Einheiten:
 - Einführung
 - Selbstwert
 - Soziale Kompetenz
 - Aufbau positiver Aktivitäten
 - Das Denken verändern
 - Achtsamkeit
 - Schlaf
 - Umgang mit Spieldruck & Spielverhalten
 - Schuldenregulierung
 - Vorbeugen von Rückfällen

🏠 ✉ 📄
🔒

Möchten Sie mit Einheit "Selbstwert" auf Seite 6 fortfahren? [Hier klicken](#)

Aktuelle Einheit
Keine weiteren Einheiten verfügbar.

Vorherige Einheiten

| | |
|---------------------------|-----------------------------------|
| 👍 Selbstwert | € Schuldenregulierung |
| 🌙 Schlaf | 🔌 Aufbau positiver Aktivitäten |
| ⏸ Achtsamkeit | 🎲 Umgang mit Spieldruck |
| ↻ Das Denken verändern | 👥 Soziale Kompetenz |
| ✍ Einführung | 🔄 Vorbeugen von Rückfällen |

Arbeitsblätter

| | |
|--------------------|----------------------------|
| 🌙 Schlafhygiene | ⏸ Achtsamkeit |
| 👍 Selbstwert | 🎲 Umgang mit Spieldrang |
| ✍ ABC-Schema | 🔌 Meine Aktivitäten |

Neustart-App
Coming soon...

Hilfe und Anleitungen

- Einführungsvideo erneut anschauen
- Häufig gestellte Fragen
- Hinweise zum Datenschutz

Bildquellen

Neustart – Online Programm

- Spieler werden direkt angesprochen; Glücksspielrelevante 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

Möchten Sie mit Einheit "Umgang mit Spieldrang" auf Seite 2 fortfahren? [Hier klicken](#)

Ihre Einheiten

| | |
|--|--|
|  Einführung |  Umgang mit Spieldrang |
|  Schuldenregulierung |  Achtsamkeit |
|  Soziale Kompetenz |  Das Denken verändern |
|  Selbstwert |  Schlaf |
|  Meine Aktivitäten |  Vorbereitung |

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.

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 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 Gewinnssymbole 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 Einheiten

Eigene Beispiele für Denkmuster

Wenn Sie möchten, können Sie nun eigene Beispiele für Gedanken, die einem Denkmuster folgen, in das folgende Arbeitsblatt eintragen. Sie können natürlich auch Felder freilassen, wenn Ihnen ein Denkmuster unbekannt ist.

Interaktive Übung

| Denkmuster | Beschreibung | Eigenes Beispiel |
|---|--|--|
| Alles-oder-nichts-Denken | Situationen werden nicht vielfältig, sondern lediglich extrem (schwarz – weiß) wahrgenommen. | <input type="text" value="Stichpunkte können hier eingetragen"/> |
| Katastrophisieren | Negative Vorhersagen über die Zukunft ohne andere wahrscheinliche Folgen in Betracht zu ziehen. | <input type="text" value="Stichpunkte können hier eingetragen"/> |
| Einseitige Verallgemeinerung oder Wahrnehmung | Anstatt das vollständige Bild zu sehen, wird übermäßig viel Aufmerksamkeit auf einzelne negative Aspekte gelegt. | <input type="text" value="Stichpunkte können hier eingetragen"/> |
| Etikettierung | Jemanden (auch sich selbst) ein Etikett zu schreiben und Informationen, die dagegen sprechen, nicht beachten. | <input type="text" value="Stichpunkte können hier eingetragen"/> |
| Personalisierung / Eigenbezug | Verhalten von anderen wird auf die eigene Person bezogen, obwohl auch andere Erklärungen wahrscheinlich sind. | <input type="text" value="Stichpunkte können hier eingetragen"/> |
| Gefühl als Beweis | Ein Gefühl wird als Beweis für einen automatischen Gedanken gesehen. | <input type="text" value="Stichpunkte können hier eingetragen"/> |
| Abergläubisches Denken und Handeln | Vertrauen in bestimmte Rituale und „Glücksbringer“. | <input type="text" value="Stichpunkte können hier eingetragen"/> |
| Spielerfehlschluss | Annahme, dass das Eintreten eines zufälligen Ereignisses wahrscheinlicher wird, wenn es lange nicht eingetreten ist. | <input type="text" value="Stichpunkte können hier eingetragen"/> |
| „Fast-Gewinne“ | Man hat das Gefühl, dass, wenn der Gewinn fast eingetreten ist, man ihm ein Stück näher ist. | <input type="text" value="Stichpunkte können hier eingetragen"/> |
| Kontrollillusion | Das Gefühl, den Automaten bzw. das Spiel doch irgendwie beeinflussen/kontrollieren zu können. | <input type="text" value="Stichpunkte können hier eingetragen"/> |

Was tun bei akutem Spieldrang?

Sie haben bisher in dieser Einheit gelernt, auf eigene Auslöser für Spieldrang und Spielverhalten zu achten und hilfreiche Alternativstrategien zum Spielverhalten erarbeitet. Es gibt zudem noch weitere Möglichkeiten, wie Sie aktiv/direkt mit Spieldrang umgehen können. Der intensive Wunsch zu spielen, von Spielern als „Spieldrang“, „Spieldruck“ oder auch „Spielzwang“ bezeichnet, tritt häufig nach dem Vorsatz, spielfrei zu werden, zunächst verstärkt auf. Wie die unterschiedlichen Bezeichnungen nahelegen, verspürt jeder den Spieldrang anders. Auf körperlicher Ebene können z.B. schwitzige Hände, Magendruck oder innere Unruhe auftreten. Auch bestimmte Gedanken wie „Ich muss jetzt einfach in die Spielhalle“, bestimmte Gefühle z.B. (Vor-)freude oder auch Verhaltensweisen (z.B. nervöses Fingertrommeln oder Beinewippen) können Teil des Spieldrangs sein.

Interaktive Übung

Wie äußert sich bei Ihnen der Drang zu spielen? Schreiben Sie auf, was Sie dabei denken, fühlen oder tun.

Hinzufügen

(keine Einträge)

Der Spieldrang tritt meistens zeitlich begrenzt auf. Er wird häufig innerhalb weniger Minuten immer stärker und geht dann wieder zurück. Sie können lernen, mit dem Drang zu spielen besser umzugehen und ihn zu bewältigen. Vielleicht ist es Ihnen auch schon gelungen, trotz des Spieldrangs nicht spielen zu gehen?!

Interaktive Übung

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](#)



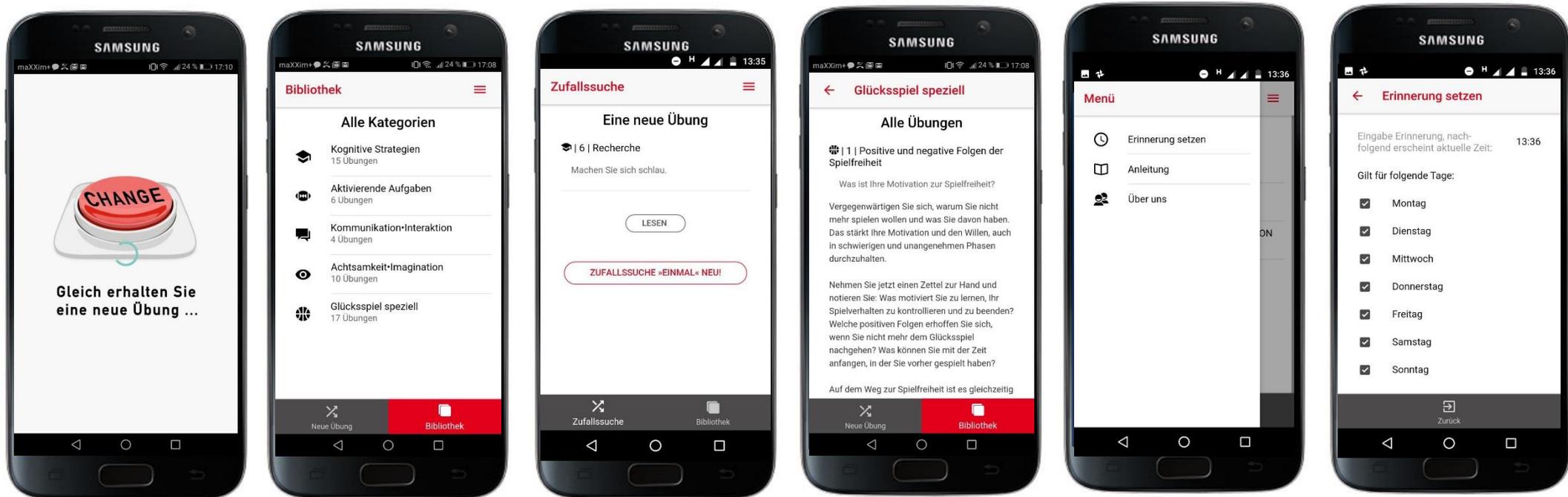
Neustart - App

- Kostenlose Selbsthilfe-App, die in Kombination mit dem Online-Behandlungsportal www.neustart-spielerhilfe.de angeboten wird
- Bisläng für Android-Betriebssystem „Neustart – Change“ (Krasberg, Bücken, Moritz & Grzella); iPhone Äquivalent: „Tu Dir gut“ (Krasberg & Moritz)
- Verwendete Selbsthilfe-Methoden zu emotionalen und Spielerbezogenen Probleme basieren auf wissenschaftlich anerkannten Techniken der kognitiven Verhaltenstherapie (KVT)

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)



Vorteile?

- ✓ Kostenlos
- ✓ Anonym
- ✓ Basiert auf wissenschaftlich erwiesenen Methoden/Techniken
- ✓ Einfache, direkte Sprache
- ✓ Interaktiv
- ✓ Ansprechendes Layout
- ✓ Zusätzlicher Goodie: App
- ✓ Ergebnisse der Vorstudie vielsprechend!
- ✓ sicher (geschützte, verschlüsselte Datenübertragung)

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/>

...wie geht es weiter?

- Beginn Rekrutierung & Freischaltung des Programms für Betroffene (Login über personalisierte Codes)
- „Proof-of-Concept“ – Studie mit Prä-Post-Vergleich, ca. $N = 30$, (einarmig), Machbarkeit, Einstellung von „Kinderkrankheiten“
- Voller Roll-out seit Januar

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 Kuehn, UKE (Entwicklung Retraining)
- M.Sc. Lilian Krasberg (Texte für app)
- PD Dr. Lena Jelinek (Texte für Einheiten des Portals)





Herzlichen Dank für die Aufmerksamkeit

