

# MISSION SPIEL

MEIN WEG DURCH SUCHT, VERLUST & NEUANFANG

Leseprobe



MICHAEL GRUNINGER

Michael Gruninger  
Mission Spielfrei



Michael Gruninger

# **MISSION SPIELFREI**

Mein Weg durch Sucht, Verlust  
und Neuanfang

Telemach-Verlag

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <https://www.dnb.de> abrufbar.

Die automatisierte Analyse des Werkes, um daraus Informationen insbesondere über Muster, Trends und Korrelationen gemäß § 44b UrhG »Text- und Data-Mining« zu gewinnen, ist untersagt.

1. Auflage

© 2026 Mentoren-Media-Verlag

Königsberger Str. 16, 55218 Ingelheim am Rhein

[www.mentoren-media-verlage.de](http://www.mentoren-media-verlage.de)

Umschlaggestaltung: Mike Reiss

Autorenfoto: Achim Keller

Lektorat: Lara Messer

Korrektur: Deniz S. Özdemir

Satz und Layout: Sarah Küper

Grafiken: Die Abbildungen wurden mittels KI generiert.

ISBN: 978-3-98641-332-3

Printed in Europe

Verantwortlich im Sinne des Presserechts: Thomas Göller und Volker Pietzsch

Alle Rechte vorbehalten. Vervielfältigung, auch auszugsweise, nur mit schriftlicher Genehmigung des Verlages. Sämtliche Inhalte in diesem Buch entsprechen nicht automatisch der Meinung und Ansicht des Mentoren-Media-Verlages.

[www.telemach-verlag.de](http://www.telemach-verlag.de)

*Telemach ist eine Marke der Mentoren-Media-Verlag GmbH.*

Für Stella und Franca



*Dieses Buch dient der Information und Orientierung zum Thema Spielsucht. Es ersetzt keine ärztliche, psychotherapeutische oder fachliche Beratung, Diagnose oder Behandlung. Bei Anzeichen einer Spielsucht, psychischen Belastungen oder Kontrollverlust im Spielverhalten sollte professionelle Unterstützung in Anspruch genommen werden. In akuten Krisen sollte umgehend der ärztliche Notdienst oder eine Krisenhilfe kontaktiert werden.*



# Inhaltsverzeichnis

|                                                                                 |     |
|---------------------------------------------------------------------------------|-----|
| Vorwort.....                                                                    | 13  |
| Einleitung .....                                                                | 21  |
| Kapitel 1                                                                       |     |
| Die Psychologie hinter der Sucht.....                                           | 29  |
| Kapitel 2                                                                       |     |
| Meine Geschichte: Die vermeintliche Lösung war das<br>eigentliche Problem ..... | 37  |
| Kapitel 3                                                                       |     |
| Die Faszination hinter dem Glücksspiel.....                                     | 63  |
| Kapitel 4                                                                       |     |
| Meine Geschichte: Der große Knock-out.....                                      | 71  |
| Kapitel 5                                                                       |     |
| Die Rolle des Umfelds in der Spielsucht.....                                    | 91  |
| Kapitel 6                                                                       |     |
| Meine Geschichte: Der nächste Millionen-Totalverlust .....                      | 97  |
| Kapitel 7                                                                       |     |
| Hans-Jürgen Meschkat – Freund und Geschädigter im<br>Interview.....             | 107 |
| Kapitel 8                                                                       |     |
| Die wichtigsten Phasen der Spielsucht .....                                     | 111 |

|                                                                     |     |
|---------------------------------------------------------------------|-----|
| Kapitel 9                                                           |     |
| Meine Geschichte: Nichts geht mehr .....                            | 115 |
| Kapitel 10                                                          |     |
| 20. Dezember 2023: Die Verhaftung und der endgültige<br>Bruch ..... | 123 |
| Kapitel 11                                                          |     |
| Interview mit Martin Vrana, Seelsorger an der JVA Freiburg ..       | 181 |
| Kapitel 12                                                          |     |
| Bewertung statt Begleitung. ....                                    | 187 |
| Kapitel 13                                                          |     |
| Konkrete Methoden in Sucht-Situationen .....                        | 197 |
| Kapitel 14                                                          |     |
| Wie staatliche Prävention aussehen könnte .....                     | 199 |
| Kapitel 15                                                          |     |
| Die Rolle der Banken .....                                          | 207 |
| Kapitel 16                                                          |     |
| Meine Geschichte: Minimierung der Rückfallgefahr .....              | 209 |
| Kapitel 17                                                          |     |
| Bevor es praktisch wird .....                                       | 213 |
| Kapitel 18                                                          |     |
| Die Rolle des Umfelds in der Sucht .....                            | 215 |
| Kapitel 19                                                          |     |
| Wie Süchtige bemerken, dass sie süchtig sind .....                  | 217 |

|                                                                                     |     |
|-------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| Kapitel 20                                                                          |     |
| Der erste Schritt aus der Heimlichkeit .....                                        | 227 |
| Kapitel 21                                                                          |     |
| Wie sich das Umfeld verhalten sollte .....                                          | 235 |
| Kapitel 22                                                                          |     |
| Die ersten 72 Stunden: Was Angehörige tun sollten, wenn<br>die Fassade bricht ..... | 243 |
| Kapitel 23                                                                          |     |
| Wenn Angehörige selbst in den Ausnahmezustand geraten..                             | 261 |
| Kapitel 24                                                                          |     |
| Wenn die Krankheit ihre Kreise zieht .....                                          | 269 |
| Nachwort                                                                            |     |
| Eine Chance, neu anzufangen.....                                                    | 273 |
| Danksagung .....                                                                    | 277 |
| Anhang .....                                                                        | 285 |
| Quellenangaben.....                                                                 | 293 |

### **Hinweis:**

Aus Gründen der besseren Lesbarkeit wird in diesem Buch bei Personenbezeichnungen und personenbezogenen Hauptwörtern an einigen Textstellen die männliche Form (das generische Maskulinum) verwendet. Sämtliche Angaben beziehen sich jedoch selbstverständlich auf Angehörige aller Geschlechter.



# Vorwort

Ich befinde mich in einem Büro, das voll mit Ordnern und Kartons unterschiedlicher Größe ist. Mir gegenüber sitzt Martin Vrana, der Gefängnisseelsorger der JVA (Justizvollzugsanstalt) Freiburg. Geleitet bin ich in einen roten, stark abgenutzten Trainingsanzug, der ebenfalls das JVA-Logo trägt. Was sich wie der Beginn eines Albtraumes anhört, wurde zu meiner bitteren Realität.

Ich bin ein verurteilter Sträfling, der seine Haft verbüßen muss. Solche Situationen kennen die meisten vermutlich ausschließlich von amerikanischen Serienproduktionen. Die Situation ist immer noch komplett surreal für mich. Wie konnte es so weit kommen? Wie kommt jemand wie ich an einen solchen Ort?

Meine außergewöhnliche Geschichte erklärt es. Sie handelt von Ängsten, falschen Entscheidungen und einer ausgeprägten Spielsucht, einer Krankheit, die eine extreme Auswirkung auf Betroffene und ihre Handlungen haben kann.

In diesem Buch skizziere ich, wie sehr mein Leben durch die Folgen der Spielsucht beeinträchtigt wurde und wie sie still und heimlich zum bestimmenden Faktor meines gesamten Tagesablaufs und meines gesamten Lebens wurde. Nicht nur mein Leben wurde negativ beeinflusst durch die Krankheit, sondern auch das meiner Familie und großer Teile meines persönlichen Umfelds.

Heute verstehe ich die Dinge, die ich über viele Jahre nicht an mich heranlassen konnte, sehr viel besser. So skurril diese Szenerie, im Büro des Gefängnisseelsorgers zu sitzen, auf den ersten Blick erscheint, so hilfreich und wohltuend war dies zugleich. Die Gespräche mit ihm waren für mich in dieser sehr belastenden Zeit eine Art Rettungsanker, mein einziger Lichtblick in vollkommener Dunkelheit am Tiefpunkt meines Lebens.

## Die Verhaftung

Doch gehen wir Schritt für Schritt vor: Vier Tage vor Weihnachten, am 20. Dezember 2023, klingelte es um 7:45 Uhr an meiner Haustür. Zum Glück waren meine beiden Kinder gerade zehn Minuten früher zur Schule aufgebrochen, sodass ich allein zu Hause war. Als ich öffnete, standen sechs bis acht Beamte der Kriminalpolizei Freiburg vor der Tür. Sie hatten einen Durchsuchungsbeschluss und einen Haftbefehl dabei. Es war nicht die erste Durchsuchung meiner Wohnung. Ziemlich genau ein Jahr zuvor hatte die erste Hausdurchsuchung stattgefunden – Grund waren die Anzeigen verschiedener Banken aufgrund falscher Angaben bei Kreditanfragen meinerseits.

Dass eine zweite Durchsuchung folgen würde, war nicht wirklich überraschend. Es dauerte allerdings eine Weile, bis ich begriff, dass dieses Mal zusätzlich ein Haftbefehl ausgestellt worden war. Dies bedeutete, dass meine Freiheit genau in dem Moment endete, als die Beamten meine Wohnung betraten. Über die tatsächliche Länge und die konkreten Auswirkungen auf mein Leben konnte ich zum damaligen Zeitpunkt nur spekulieren. Nach knapp einem Jahr in Untersuchungshaft musste ich noch weitere anderthalb Jahre ins Gefängnis.

Die zahlreichen Straftaten – Versicherungsbetrug, Urkundenfälschung et cetera –, die ich im Lauf der Jahre im Zuge meiner Spielsucht begangen hatte, holten mich nun in Form der Justiz ein.

Doch dieser Augenblick war nicht ausschließlich negativ behaftet, so seltsam dies vielleicht für Sie, lieber Leser, auch klingen mag. Die Spielsucht sorgte dafür, dass ich kein normales Leben mehr leben konnte. Ich war dauernd unter Stress. Dauernd auf der Suche nach mehr Geld, um meine Schulden wieder zu begleichen. Dauernd auf der Suche nach Ausreden, weshalb ich das Geld noch nicht aufgetrieben hatte, mit der Bitte, mir noch etwas Zeit einzuräumen. Die Verhaftung war also auch ein Stück weit Erlösung, für die weder ich noch mein Umfeld sorgen konnten.

Sie zog einen vollkommenen Schlussstrich unter meinen jahrelangen Leidensweg. Ich wurde dadurch aus dem Teufelskreis, in dem ich mich zweifelsohne befand, herausgerissen.

Der Zeitpunkt war für mich jedoch sehr bitter. Natürlich gibt es nicht den idealen Zeitpunkt, doch die Verhaftung knapp vor Weihnachten war zusätzlich emotional für mich. Erst am Abend zuvor hatte ich mit meinen Töchtern den Weihnachtsbaum geschmückt. Weihnachten nun, anstatt im engsten Familienkreis, zusammen mit einem Fremden in einer nur neun Quadratmeter großen Gefängniszelle zu verbringen, war eine unvorstellbare, aber bittere Realität.

In der Zeit unmittelbar vor der Verhaftung hatte ich eine dreimonatige stationäre Therapie absolviert. Es war die erste Therapie, die mir wirklich beim Verständnis meiner Krankheit und meiner Probleme geholfen hat. Die Kriminalpolizei hatte nur das Ende dieser Therapie abgewartet, um mich direkt nach Abschluss verhaften zu lassen.

Das Ende kam also viele Jahre zu spät, da es mir nie gelang, die Handbremse selbst zu ziehen. Ich hätte sie ziehen müssen, als ich meine Immobilien verkaufte, um zusätzliches Spielgeld zu haben. Ich hätte sie ziehen müssen, als ich meine Unternehmensanteile verkaufte. Ich hätte sie ziehen müssen, als ich mein Hab und Gut und das der gesamten Familie verzockte. Ich hätte die Bremse ziehen müssen, als ich versuchte, Versicherungen zu betrügen. Ich hätte die Bremse ziehen müssen, als ich mir immer mehr Geld von meinem Netzwerk zu borgen begann und dafür Sicherheiten angab, die zum damaligen Zeitpunkt längst nicht mehr existierten.

Versuche dazu gab es immer wieder.

Allerdings regiert nicht die Vernunft, wenn man spielsüchtig ist. Man rationalisiert irrationales Verhalten. Je mehr ich verlor, desto mehr war ich davon überzeugt – musste ich mich in die Lage versetzen, davon überzeugt zu sein –, den Verlust wieder wettmachen zu können. Ich sah die Lösung meiner Probleme im Problem selbst. Dadurch habe ich mich in einen immer schneller drehenden und mich herabziehenden Strudel begeben. Ein immer höher werdender Geldverlust bedeutete, mehr Geld zu beschaffen – und das in immer kürzeren Zeiträumen. All das beschleunigte sich enorm in den letzten Jahren. Es war nur eine Frage der Zeit, bis mein Lügengerüst zusammenbrechen und ich mit voller Wucht gegen die Wand knallen würde.

## **Mit Spielsucht an die Börse**

Meine Spielsucht spielte sich in einem ganz speziellen Feld ab. Ich ging nicht ins Casino, spielte nicht an Automaten und wettete nicht auf Pferderennen, sondern ich spekulierte an der Börse. Hierzu nutzte ich Hebelzertifikate – sogenannte Knock-outs. Aktien zu traden erschien mir zu langwierig, der Gewinn zu gering. Mit Hebelzertifikaten hat man die Möglichkeit, überproportional von Kurssteigerungen zu profitieren, aber natürlich auch überproportional zu verlieren, wenn es in die andere Richtung geht.

Zu meiner Spitzenzeit habe ich deutlich mehr als eine Million Euro zusätzlich verdient. Leider ließ ich es dabei nicht bewenden, sondern suchte die nächste Chance, den nächsten Kick. Gewinne zu realisieren und zu halten ist mindestens genauso schwierig, wie diese Gewinne zu erzielen.

Das Auf und Ab gab es nicht nur an den Börsen und auf meinem Tradingdepot, sondern vor allem in meinem Gefühlsleben. Jeden Tag war ich ein Getriebener der Kurse. Nachts konnte ich nicht mehr schlafen, verfolgte Kurse, obwohl man zu der Zeit gar nicht traden konnte. Es ging einzig und allein um das Gefühl, nichts zu verpassen. Immer unter Strom.

Eine Zeit lang lief es richtig gut, vor allem zu Beginn.

Wie sollte es auch anders kommen – ich verlor alles, was ich hatte und anschließend immer mehr. Das Klicken der Handschellen am 20. Dezember 2023 war der Abschluss einer langen Leidenszeit und der Beginn einer ungewissen Zukunft.

## Die Bilanz der Spielsucht

Was als riskantes Handeln an der Börse begann, entwickelte sich innerhalb von dreieinhalb Jahren zu einer existenziellen Krise. Die Spielsucht blieb nicht auf persönliche Verluste beschränkt. Sie griff in das berufliche Umfeld, in private Beziehungen und schließlich auch in strafrechtlich relevante Bereiche ein.

Am Ende stand eine Bilanz, die die Tragweite des Kontrollverlusts sichtbar macht: Knapp *fünf Millionen Euro* wurden beschafft und eingesetzt, rund *zwei Millionen Euro* gingen innerhalb von drei Jahren verloren. Das Handelsvolumen erreichte allein in den letzten drei Jahren etwa *800 Millionen Euro* und *über 20.000 einzelne Trades*; über den gesamten Zeitraum summierten sich die Transaktionen auf *mehrere Milliarden Euro* und *über 50.000 Trades*.

Die Folgen betrafen nicht nur mich selbst. Auch das eigene Unternehmen, Banken, Versicherungen und mindestens *15 Personen aus dem privaten Umfeld* wurden Teil dieser Eskalation. Hinzu kamen *Versicherungsbetrug, Bankenbetrug* und der Zugriff auf Unternehmensmittel, um weiteres Spielkapital zu beschaffen.

## Strafmaß und juristische Besonderheiten

Ich verfasse dieses Buch im ersten Halbjahr 2026, während ich mich noch im Freigang befinde. Ich gehe einem geregelten Beruf nach und muss nach Dienstschluss wieder im Freigängerhaus übernachten. Diese Zeit nutze ich zum Reflektieren und zum Schreiben.

Der juristisch festgestellte Schaden aufgrund von Straftaten belief sich auf circa 1,68 Millionen Euro. Der Gesamtschaden ist insgesamt um ein Vielfaches höher. Er umfasst nicht nur Geld, sondern vor allem Beziehungen, Ehrlichkeit, Glaubwürdigkeit und Verlässlichkeit. All diese Dinge habe ich durch meine Spielsucht verloren.

Das Gericht verurteilte mich zu einer Freiheitsstrafe von insgesamt drei Jahren und zehn Monaten. Da mir durch ein gerichtlich eingeholtes Gutachten *verminderte Schuldfähigkeit* attestiert wurde und das Gericht dieser Einschätzung vollumfänglich folgte, wäre im besten Fall auch eine Strafaussetzung zur Bewährung möglich gewesen. Die Annahme der verminderten Schuldfähigkeit hat in der Justiz großen Seltenheitswert, da Spielsucht juristisch in der Regel nicht als Ursache anerkannt wird und zeigt eine Besonderheit meines Falles auf. Das Gutachten umfasste über 100 Seiten und legte meine Problematik schonungslos offen. Es kam am Ende zu dem eindeutigen Schluss, dass ich diese Straftaten ohne den Einfluss der Krankheit und die damit einhergehenden starken Persönlichkeitsveränderungen niemals begangen hätte und vor allem auch niemals hätte begehen müssen.

## Krankheitsbild

Das Krankheitsbild eines Spielsüchtigen ist weitaus diffuser als das eines Alkoholkranken oder Drogensüchtigen. Man hat mir die Spielsucht rein äußerlich nicht angemerkt. Es gab keinen körperlichen Verfall oder Ähnliches. Deshalb neigen viele Leute dazu, die Spielsucht als etwas abzutun, das nichts mit einem Krankheitsbild zu tun hat, sondern der eigenen Kontrolle unterliegt. Doch wie ich weiter oben schon skizziert habe – die Spielsucht hat die Kontrolle, auch wenn man es sich als Betroffener nicht eingestehen möchte.

Ein großes Problem bei der Behandlung und Einordnung von Spielsüchtigen ist das Bild, welches von einem »typischen« Spielsüchtigen vorherrscht. Seien Sie an dieser Stelle ehrlich zu sich selbst: Wie würden Sie sich einen Spielsüchtigen vorstellen?

Ich gebe zu, dass ich ebenfalls diesen Klischees gefolgt bin. Für mich war Spielsucht immer etwas, das Menschen geschieht, die keine Kontrolle über sich haben, also charakterliche Defizite haben. Sie verbringen ihre Zeit in Spielhallen, Casinos oder ähnlichen Spelunken und verspielen ihr letztes Hab und Gut an einarmige Banditen.

Dies ist eine Vorstellung, die die Gesellschaft insgesamt davon abhält, genauer hinzuschauen, denn betroffen können ja nur diese »typischen« Personen sein. Wenn man also blind auf diesem Auge ist, missinterpretiert man etliche Dinge in seinem Umfeld. Ich möchte mit diesem Buch dazu animieren, etwas genauer hinzusehen und die Mechanismen einer Spielsucht, zumindest in Ansätzen, zu verstehen und zu erkennen, um daraus die richtigen Schlussfolgerungen abzuleiten.

## **Weshalb dieses Buch?**

Ich möchte mit diesem Buch einen Beitrag dazu leisten, für die Wahrnehmung der Krankheit »Spielsucht« und auch der Betroffenen in der Gesellschaft zu sensibilisieren. Als ehemaliger Unternehmer habe ich meine gesamte Existenz im wahrsten Sinne des Wortes aufs Spiel gesetzt und verloren. Das macht man nicht mit Absicht oder aus freien Stücken. Ich weiß, dass dieser Umstand für viele Menschen schwer nachvollziehbar ist. Umso wichtiger ist es, dass ich dies verständlich machen kann.

Gerade in der heutigen Zeit sollte man Obacht geben. Das Internet und die immer kürzeren Wege, aber auch die immer ausgeklügelteren Spielmechaniken sorgen dafür, dass Menschen immer länger vor dem Bildschirm verharren. Der Schritt hin zur Ausformung einer Spielsucht ist klein. Vielleicht bemerken wir es noch gar nicht, befinden uns aber bereits mitten in einer Gesellschaft der Spielsüchtigen.

Das vorliegende Buch soll – anhand meines Beispiels – zeigen, was Spielsucht anrichten kann. Es soll aber vor allem Wege offenlegen, wie man mit der Problematik umgehen kann. Die Betroffenen haben meist selbst nicht die Kraft, eine Veränderung herbeizuführen. Umso wichtiger ist es, dass das Umfeld des Spielsüchtigen die richtigen Schlüsse zieht und vor allem die richtigen Maßnahmen ergreift.

Um über ein rein biografisches Werk hinauszugehen, habe ich in den letzten Monaten mit verschiedenen Experten aus den unterschiedlichsten Bereichen, zum Beispiel Psychologen, Juristen,

Wissenschaftlern, Betroffenen und dem Seelsorger der JVA, Kontakt aufgenommen. Diese waren so freundlich, mir ihre Expertise und ihre Sicht der Dinge zu schildern. Allein diese Auswahl zeigt, wie variantenreich und umfassend das Thema Spielsucht ist.

Ich freue mich, meine Geschichte und Erkenntnisse teilen zu können, auch wenn das offene Sprechen über diese sehr schambehafteten Details meiner eigenen Geschichte immer noch eine große Herausforderung für mich ist.

Ihr Michael Gruninger  
*Freiburg im Breisgau*

# Einleitung

Rund 1,3 Millionen Menschen in Deutschland gelten als von einer Glücksspielstörung betroffen<sup>1</sup> – umgangssprachlich: als spielsüchtig. Weitere Millionen zeigen bereits riskante oder problematische Spielmuster. Die Dunkelziffer ist weitaus höher. In der Recherche zu diesem Buch habe ich nach verlässlichen Zahlen dazu gesucht, bin aber kaum fündig geworden. Manche Publikationen sprechen von einer zehnfach höheren Dunkelziffer. Bedauerlicherweise scheint dies realistisch, wenn man sich die digitale Durchdringung in unserer Gesellschaft ansieht. Jeden Tag kommen neue, noch verlockendere Angebote auf den Markt.

Spielsucht kann in unterschiedlichen Kontexten ausgelebt werden, die im gesellschaftlichen Ansehen unterschiedlich bewertet werden. Trading genießt in der Gesellschaft einen anderen Stellenwert als das Zocken am Geldspielautomaten, folgt aber der gleichen Logik und den gleichen psychologischen Mechanismen, wie wir noch sehen werden.

## In welchen Bereichen kann Spielsucht entstehen?

# WO SPIELSUCHT ENTSTEHEN KANN

Verschiedene Zugänge – ein gemeinsames Risiko



**Unterschiedliche Formen – ähnliche Mechanismen:  
Reiz – Hoffnung – Einsatz – Verlust – Wiederholung**

Spielsucht kann überall dort entstehen, wo Zufall, Einsatz und der Reiz möglicher Gewinne zusammentreffen, besonders, wenn das spielerische Verhalten das eigene Leben immer weiter zurückdrängt. Das kann ich aus meiner eigenen Erfahrung nur unterstreichen, denn es drehte sich über Jahre hinweg bei mir wirklich alles um die Aktienkursentwicklung. Zum Beispiel musste ich alle paar Minuten den Raum verlassen, um heimlich die Kurse zu checken und um zu sehen, ob sich meine Hebelzertifikate gut entwickeln. Ich war ständig abgelenkt und von wirtschaftlichen Nachrichten getrieben. Das setzte meinem System insgesamt und meinem Nervenkostüm mit der Zeit zu. Ich wurde launischer, konnte es aber gut überspielen.

In der internationalen Krankheitsklassifikation *ICD-11* der Weltgesundheitsorganisation wird Glücksspielsucht als *Störung durch süchtiges Verhalten* eingeordnet. Kennzeichnend ist ein wiederkehrendes oder anhaltendes Muster des Glücksspielens, bei dem die Kontrolle über Häufigkeit, Dauer oder Intensität des Spielens verloren geht. Das Spielen gewinnt zunehmend Vorrang vor anderen Lebensbereichen und wird trotz negativer persönlicher, sozialer, beruflicher oder finanzieller Folgen fortgesetzt.<sup>2,3</sup>

Hier eine mögliche Klassifizierung, die keinen Anspruch auf Vollständigkeit hat:

### **1. Klassisches Glücksspiel (offline)**

- Geldspielautomaten, Spielhallen
- Casino-Spiele (zum Beispiel Roulette, Karten)
- Sportwetten (stationär)
- Lotterien/Rubbellose (seltener, je nach Muster und Intensität)

### **2. Online-Glücksspiel (besonders riskant)**

- Online-Casinos, Online-Slots, Live-Casino
- Online-Sportwetten
- Krypto-/»Crash«-Games oder andere schnell getaktete Formate (wenn reales Geld eingesetzt wird)

Online-Formate erhöhen das Risiko durch ständige Verfügbarkeit, schnelle Wiederholbarkeit und niedrigere Einstiegshürden.

### **3. »Gambling-like« Mechaniken in digitalen Spielen**

Nicht jede digitale Belohnungsmechanik ist Glücksspiel im engeren rechtlichen Sinn. Dennoch zeigen Forschung und Regulierung seit Jahren, dass Systeme wie Lootboxen, Pack-Öffnungen, Glücksräder, Gacha-Mechaniken oder zeitlich begrenzte In-Game-Events problematische Verhaltensmuster begünstigen können. Besonders kritisch sind Mechaniken, die mit zufallsbasierten Belohnungen, künstlicher Verknappung, Zeitdruck und wiederholten Mikrotransaktionen arbeiten. Studien finden einen Zusammenhang zwischen Ausgaben für Lootboxen und problematischem Glücksspielverhalten; zugleich ist die Kausalität nicht abschließend geklärt. Klar ist aber: Die Logik ähnelt in Teilen dem Glücksspiel, nur findet sie häufig in digitalen Alltagsumgebungen statt, in denen Nutzerinnen und Nutzer sie zunächst nicht als Glücksspiel wahrnehmen.

Hinzu kommt, dass digitale Plattformen ihre Angebote zunehmend datengetrieben optimieren. Die Europäische Kommission warnt im Zusammenhang mit digitalen Märkten vor »Dark Patterns« und manipulativer Personalisierung, die Verbraucher zu Entscheidungen bewegen können, die nicht in ihrem eigenen Interesse liegen. Künstliche Intelligenz kann solche Systeme noch wirksamer machen, wenn sie Verhalten, Risikoneigung, Zahlungsbereitschaft oder Nutzungsmuster automatisiert auswertet und daraus immer passgenauere Reize ableitet.<sup>4,5,6,7,8</sup>

Wichtig zur Einordnung: Gaming Disorder (Computerspielstörung) ist in der ICD-11<sup>9</sup> als eigene Störung durch süchtiges Verhalten enthalten. Das ist nicht identisch mit Glücksspielsucht, kann aber in der Praxis ähnliche Kontrollprobleme und Folgekosten erzeugen. Es gibt etliche Überschneidungen, aber noch keine ausführlichen Forschungen darüber, welchen Einfluss des Gaming-Verhaltens auf das Gambling-Verhalten hat. Mehrere Studien<sup>10</sup> legen aber nahe, dass das der Fall ist.

#### **4. Spekulation mit Geld: »Zocken« statt Investieren**

Viele Betroffene beschreiben eine Dynamik, die dem Glücksspiel ähnelt – etwa bei sehr kurzfristigem, hochfrequentem Trading oder Hebelprodukten, wenn es primär um Kick, Verlustjagd und schnelle Wiederholung geht. Über diesen Kontext werde ich anhand meiner persönlichen Geschichte ausführlich berichten.

Spielmechaniken im Online-Gaming sind darauf ausgelegt, Spieler »süchtig« nach mehr zu machen. Je weiter KI und Digitalisierung voranschreiten, desto besser werden auch die digitalen Versuchungen und die Techniken des Geldverdienens durch Apps, Games und Co. Die Grenzen zwischen selbstbestimmtem Gaming und krankhaftem Verhalten verschwimmen zunehmend. Erschwerend kommt hinzu, dass die Mediennutzung in Deutschland konstant zunimmt.

### **Geld und Sucht**

Ich selbst komme aus einer wohlhabenden Unternehmerfamilie. Scheinbar brauchte ich mir nie Gedanken um Geld, Statussymbole oder Prestige zu machen. Diese waren immer vorhanden. Nach erfolgreicher Metzgerlehre durfte ich in München an der Ludwig-Maximilians-Universität Betriebswirtschaft studieren und danach, unter der Leitung meines Vaters, in das Familienunternehmen einsteigen. Unsere Firma für die Produktion hochwertiger Fleisch- und Wurstwaren existierte bereits in dritter Generation und bescherte der Familie ein sehr gutes Leben. Wir konnten – zumindest finanziell – »sorgenfrei« leben.

Weshalb ich sorgenfrei in Anführungszeichen setze? Nun, es gab unterschiedliche Formen der Sorge, die nicht jeder automatisch nachvollziehen kann. Ein Familienbetrieb ist nicht nur schön, er ist auch eine Verpflichtung und eine große Herausforderung. Die Lebensmittelbranche ist nicht einfach und es gab, neben vielen guten Zeiten, auch Probleme. Es war in meiner Familie wichtig, den Schein nach außen hin zu wahren, egal, was auch passierte und/oder wie man sich gerade fühlte. Obwohl wir es eigentlich nicht nötig hatten, war es wichtig, was andere von uns dachten.

Diese Fähigkeit, meinen Gefühlszustand nicht nach außen zu tragen, sollte noch ein Problem für mich werden, weil ich dadurch meine Spielsucht noch besser tarnen konnte. Doch später dazu mehr.

Weshalb ich meine Geschichte erzähle: Glücksspielsucht ist keine Frage von mangelnder Intelligenz, schwachem Charakter oder sozialem Ansehen. Bestimmte Gruppen haben statistisch höhere Risiken, doch eine Glücksspielstörung kann grundsätzlich Menschen aus unterschiedlichen Bildungs-, Berufs- und Einkommensgruppen treffen. Entscheidend sind unter anderem Verfügbarkeit, Spielform, psychische Belastung, Kontrollverlust, Belohnungsmechanismen und begleitende Risikofaktoren – nicht eine bestimmte »Art Mensch«.<sup>11,12,13,14,15,16</sup> Unser Wohlstand wurde sogar zum Problem, weil ich viele Ressourcen zum Verspielen hatte und zusätzlich ein Netzwerk, das es mir später ermöglichte, größere Summen zu leihen. Je höher man steht, desto tiefer kann man fallen und desto mehr unternimmt man, um genau das zu verhindern.

Tatsächlich war mein Status in der Gesellschaft meine Achillesferse und mein Damoklesschwert zugleich. Keine gute Kombination. Also musste ich meine Verluste möglichst lange geheim halten, um nicht an gesellschaftlichem Ansehen zu verlieren.

## **Was Sie noch in diesem Buch erwartet**

In den nächsten Kapiteln gehe ich noch näher auf meine eigene Geschichte ein und werde immer wieder auf hilfreiche Parallelen für Betroffene und deren Umfeld hinweisen. Man sollte meine Geschichte als warnendes Beispiel heranziehen und Anzeichen von Spielsucht, die für Betroffene und deren Umfeld schwer erkennbar sind, keinesfalls verharmlosen. Meine Geschichte verdeutlicht, wie leicht es möglich ist, in den Strudel einer Spielsucht zu geraten und welche Dimension diese annehmen kann.

Es freut mich sehr, dass mich viele renommierte Experten aus unterschiedlichen Bereichen bei der Erstellung dieses Buches

unterstützen. Durch ihre Expertise ist es möglich, die komplexen Zusammenhänge strukturiert und nachvollziehbar darzustellen. Wichtig ist auch die Sicht anderer Betroffener und der durch meine Straftaten Geschädigten. Ich werde die Mechanismen erklären und grundlegende Abläufe im Verlauf der Krankheit darstellen. Ich werde Spielsucht aus allen Blickwinkeln betrachten, um möglichst viele Anknüpfungspunkte für Betroffene, aber auch für deren Umfeld zu liefern.



# Kapitel 1

## **Die Psychologie hinter der Sucht**

*Expertenbeitrag von M. M., B. Sc. Psych. Verena  
Küpperbusch*

Verena Küpperbusch (M. M., B. Sc. Psych.) ist Psychologin und zertifizierte Mediatorin mit langjähriger Expertise im Bereich der Glücksspielsucht. Seit Januar 2022 leitet sie die Landesfachstelle Glücksspielsucht der Suchtkooperation NRW mit Sitz in Bielefeld, in der sie bereits seit 2016 in verschiedenen fachlichen Funktionen tätig ist.

Die Landesfachstelle Glücksspielsucht unterstützt im Auftrag der nordrhein-westfälischen Landesregierung die Umsetzung glücksspielsuchtspezifischer Maßnahmen, koordiniert das landesweite Suchthilfenetz und berät Einrichtungsträger in Prävention, Beratung und Vernetzung. Sie ist Teil der Suchtkooperation NRW, des zentralen Dachverbands der Suchthilfe in Nordrhein-Westfalen. Die Landesfachstelle betreibt zudem das Hilfetelefon Glücksspielsucht sowie die Onlineberatungsplattform [ausgezockt.de](https://ausgezockt.de) und das Präventionsprogramm GLÜXXIT.

Verena Küpperbusch verfügt über umfassende Kompetenzen in der Suchtprävention, der Fachberatung, der Qualitätsentwicklung sowie in der Öffentlichkeits- und Netzwerkarbeit rund um das Thema Glücksspielsucht. Sie ist als Fachautorin tätig und vertritt den Fachbereich regelmäßig gegenüber Medien, Politik und Fachöffentlichkeit. Im Folgenden beleuchtet sie die gesellschaftliche Dimension der Spielsucht.

## Glücksspiel als unterschätztes Gesundheitsrisiko

Auf den ersten Blick wirkt Glücksspiel in Deutschland wie ein Randthema. Nur etwa ein Drittel der Erwachsenen hat im vergangenen Jahr mindestens einmal an einem Glücksspiel teilgenommen – zwei Drittel spielen überhaupt nicht. Doch hinter diesen Zahlen verbirgt sich ein ernstes Gesundheitsproblem: Der Glücksspiel-Survey 2025, eine repräsentative Bevölkerungsstudie, zeigt, dass rund 1,3 Millionen Erwachsene in Deutschland glücksspielsüchtig sind; weitere rund 3,3 Millionen weisen ein riskantes Glücksspielverhalten auf, bei dem bereits negative Folgen eingetreten sind.<sup>17</sup>

Erstmals wurden im Survey 2025 auch Daten zum Daytrading erhoben. Studien kommen übereinstimmend zu dem Ergebnis, dass riskantes Handelsverhalten, Daytrading und Finanztermingeschäfte in wesentlichen Verhaltensmerkmalen traditionellen Glücksspielformen ähneln. Insgesamt haben rund 3,9 Millionen Menschen in den zwölf Monaten vor der Datenerhebung solche Börsengeschäfte getätigt; beim Daytrading mit monatlichen oder häufigeren Aktivitäten erfüllen 12,1 Prozent die Kriterien einer Glücksspielstörung und 16,7 Prozent die für ein riskantes Glücksspielverhalten.

Die Folgen reichen weit über einzelne Spielepisoden hinaus. Sie zeigen sich in Überschuldung, familiären Konflikten, Problemen im Berufsleben, psychischen Belastungen bis hin zu schweren Krisen und Suizidgedanken. In der internationalen Forschung wird Glücksspiel deshalb zunehmend als relevantes Thema der öffentlichen Gesundheit diskutiert; die Lancet Public Health Commission on Gambling spricht von einem wachsenden Public-Health-Problem, das sogar die Nachhaltigkeitsziele der Vereinten Nationen gefährden kann.

Neben klassischen Glücksspielen entstehen immer mehr Angebote, die rechtlich nicht als Glücksspiel gelten, aber mit sehr ähnlichen Mechanismen arbeiten. Dazu zählen etwa Lootboxen und andere glücksspielähnliche Elemente in Computerspielen oder hochfrequentes Daytrading und der Handel mit Turbozertifikaten, bei denen schnelle Gewinne in Aussicht gestellt, tatsächliche Risiken und Verlustwahrscheinlichkeiten aber oft unterschätzt werden.

# AUSSEN SOUVERÄN. INNERLICH LÄNGST GETRIEBEN.

Michael Gruninger hatte alles, was nach Erfolg und Sicherheit aussah: Unternehmerfamilie, Verantwortung, Ansehen und Erfahrung mit Geld. Doch hinter dieser Fassade entwickelte sich eine Spielsucht, die kaum jemand erkannte. Aus riskantem Trading wurde ein Teufelskreis aus Verlusten, neuen Einsätzen, Scham, Lügen und Druck. Am Ende standen Straftaten, Verhaftung, Therapie und Gefängnis.

Rund 800 Millionen Euro Handelsvolumen in den letzten drei Jahren. Knapp 2,3 Millionen Euro Kapital. Etwa zwei Millionen Euro Verlust. Mindestens 15 Geschädigte. Das war die Realität seiner Spielsucht.

Dieses Buch zeigt, wie ein Mensch Schritt für Schritt die Kontrolle verliert – oft lange, bevor er selbst begreift, was geschieht. Es macht sichtbar, wie Sucht Denken und Entscheidungen verschiebt, Familien belastet, Vertrauen zerstört und Betroffene tiefer in Verheimlichung treibt.



„Mission Spielfrei“ ist die offene Aufarbeitung eines Absturzes. Für Betroffene, Angehörige und alle, die Warnzeichen früher erkennen wollen. Ein ehrlicher Blick auf Kontrollverlust, Selbsttäuschung und Verantwortung, der zeigt, dass der Weg aus der Sucht beginnt, wenn man das Schweigen durchbricht.

Michael Gruninger studierte BWL an der LMU München und führte als Unternehmer einen Betrieb mit bis zu 300 Mitarbeitenden. Eine psychologisch diagnostizierte Spielsucht brachte ihn in Konflikt mit Gesetz und Umfeld. Heute setzt er sich für Aufklärung und Entstigmatisierung ein. Sein Buch verbindet persönliche Erfahrung mit Recherche und konkreten Hilfswegen.

