Waschzettel

Mission Spielfrei

Mein Weg durch Sucht, Verlust und Neuanfang

Michael Gruninger

Sachbuch | Telemach Verlag (Mentoren-Media-Verlag)



Kurzbeschreibung

Wie konnte aus Börsengeschäften eine zerstörerische Spielsucht werden? Michael Gruninger erzählt offen von unternehmerischem Erfolg, Trading-Sucht, Verlusten und seinem Neuanfang. Sein autobiografischer Bericht erklärt die Mechanismen modernen Kontrollverlusts und gibt Betroffenen und Angehörigen konkrete Orientierung: Warnsignale erkennen, ins Gespräch kommen und Hilfe finden.

Warum jetzt ins Regal?

Trading-Apps, Online-Glücksspiel und digitale Belohnungssysteme machen Suchtprävention hochaktuell. Gruningers persönliche Geschichte verbindet starke Erzählkraft mit konkretem Nutzen für Betroffene und Angehörige. Berichte bei SPIEGEL und WELT sorgen zusätzlich für öffentliche Aufmerksamkeit.

Bibliografische Angaben

ISBN-13 978-3-98641-332-3
Ausstattung Softcover / TB
Umfang 296 Seiten
Erscheinung 05.10.2026
Preis (D) 18,00 €
Thema Sachbuch / Psychologie
Imprint Telemach Verlag

ISBN 978-3-98641-332-3

Inhaltliche Schwerpunkte

– Persönlicher Bericht über Trading- und Spielsucht
– Warnsignale und Mechanismen des Kontrollverlusts
– Folgen für Familie, Finanzen und Beruf
– Gesprächshilfen für Betroffene und Angehörige
– Orientierung zu Beratung, Sperren und Therapie

Schlagwörter

Spielsucht · Trading-Sucht · Online-Glücksspiel · Kontrollverlust · Suchtprävention · Angehörige · Abhängigkeit · Beratung · Neuanfang

Klassifikation

Warengruppe: Sachbuch / Angewandte Psychologie

Über den Autor



Michael Gruninger ist Diplom-Kaufmann und Unternehmer. Nach einer Metzgerlehre studierte er BWL an der LMU München und führte Unternehmen der Lebensmittelbranche. Heute setzt er sich auf Basis seiner eigenen Erfahrungen für Aufklärung, Prävention und einen offenen Umgang mit Spielsucht ein.

Über den Verlag

Der Mentoren-Media-Verlag veröffentlicht praxisnahe Bücher, die Leser:innen im Beruf und im Leben weiterbringen. Imprints: Mentoren Verlag, Telemach Verlag, Herodot Verlag, Heberia.