

Sich selber testen

Haben Sie schon einmal daran gedacht, dass Ihr Spielverhalten überhandgenommen hat? Oder haben Sie festgestellt, dass Sie für Glücksspiele immer mehr Geld ausgeben? Solche und ähnliche Fragen können, aber müssen nicht, auf eine schleichende Suchtentwicklung hindeuten. Mit dem folgenden Fragebogen können Sie Ihr Spielverhalten testen.

Testen Sie Ihr Spielverhalten		JA	NEIN
1	Haben Sie jemals Ihre Arbeit oder die Schule versäumt, um spielen zu können?		
2	Haben Sie durch Ihr Spielen schon häusliche Missstimmungen ausgelöst?		
3	Verspürten Sie nach dem Spielen jemals Gewissensbisse?		
4	Haben Sie schon mit dem Vorsatz gespielt, den Gewinn für das Abzahlen von Schulden zu verwenden oder damit andere finanzielle Probleme zu lösen?		
5	Versuchen Sie jeweils, Ihren Spielverlust sofort zurück zu gewinnen?		
6	Müssen Sie nach einem Spielgewinn unbedingt weiterspielen, um noch mehr zu gewinnen?		
7	Haben Sie schon oft Ihren letzten Franken verspielt?		
8	Haben Sie sich schon einmal Geld geliehen, um spielen zu können?		
9	Haben Sie laufende Kredite, die mit dem Spielen zusammenhängen?		
10	Verkaufen Sie eigene Sachen, um an Spielgeld heranzukommen?		
11	Verwenden Sie nur ungern Geld, mit welchem Sie spielen könnten, für andere Ausgaben?		
12	Haben Sie Ihr Wohlergehen und das Ihrer Familie durch das Spielen vernachlässigt?		
13	Spielten Sie schon einmal länger, als Sie eigentlich wollten?		
14	Werden Sie unruhig oder aggressiv, wenn sich keine Gelegenheit zum Spielen findet?		
15	Haben Sie schon einmal auf ungesetzliche Weise ein Spiel finanziert oder an diese Möglichkeit gedacht?		
16	Sind Sie schon spielen gegangen, um Sorgen und Ärger zu vergessen?		
17	Sind Sie schon spielen gegangen, um sich Glücksgefühle zu verschaffen?		
18	Spielen Sie weiter, obwohl Sie spüren, dass Sie sich und andere schädigen?		
19	Sind Sie trotz fester Absichten, nicht zu spielen, viele Male rückfällig geworden?		
20	Hatten Sie jemals den Gedanken, dass Sie mit dem Spielen Ihre Existenz gefährden?		

Auswertung:

Wenn Sie drei oder mehr als drei Mal „JA“ angekreuzt haben: Ihr Spielverhalten ist problematisch. Sie sind eine Problemspielerin oder ein Problemspieler. Wir empfehlen Ihnen, die Situation ernst zu nehmen und gegebenenfalls professionelle Beratung zu beanspruchen.

Wenn Sie sieben und mehr als sieben Mal „JA“ angekreuzt haben: Sie sind wahrscheinlich bereits spielsüchtig. Wir empfehlen Ihnen professionelle Beratung zu beanspruchen.

FACHSTELLE FÜR
GESUNDHEITSFÖRDERUNG
PRÄVENTION
UND SUCHTBERATUNG

Webergasse 2/4
8200 SCHAFFHAUSEN

T 052 633 60 10
F 052 633 60 11

INFO@VJPS.CH
WWW.VJPS.CH