

Igre na sreću i kladjenje koje se nude u javnosti uzbudljiva su zabava i razonoda u slobodno vrijeme, no isto tako mogu postati strast koju više nije moguće kontrolirati. Tako igre na sreću, kao i kladjenje, u sebi kriju rizik da čovjek sklizne u nekontrolirano ponašanje koje može dovesti do brojnih problema.

Kladioničar odnosno igrač ulaže sve više vremena i novca, utirući sebi tako put u razvijanje ovisnosti.

Mi želimo spriječiti prelazak iz zabave u ovisnost. Potrebna je pravovremena prevencija kako biste zadržali radost i uzbuđenje kod kladenja odnosno igranja.

Jeste li ugroženi?

Morate li bezuvjetno igrati/kladiti se iako to prvotno uopće niste namjeravali/htjeli?

DA	NE
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Jeste li već jednom pokušali prestati s igranjem/kladjenjem i u tome niste uspjeli?

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
--------------------------	--------------------------

Jeste li do sada često propuštali termine / dogovore radi igranja / kladenja?

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
--------------------------	--------------------------

Iđete li igrati / kladiti se naročito onda kad Vam je dosadno/ kad ste pod stresom / tužnog raspoloženja?

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
--------------------------	--------------------------

Imate li novčanih problema radi svojih izdataka za igre / kladjenje?

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
--------------------------	--------------------------

Imate li obiteljskih problema radi čestog igranja / kladenja?

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
--------------------------	--------------------------



Sreća se ne može iznuditi!

	DA	NE
Kad pomislite na igranje / kladjenje, patite li tjelesne simptome, kao npr. jako lupanje srca, vrtoglavica, znojenje, ubrzanost srca, » unutamaju uzvrpoljenost«?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Patite li radi svog ponašanja u igrama na sreću / kladenju?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mislite li kako možete »provaliti« u igranje odnosno prognozirati rezultate kladenja?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Vrte li se Vaše misli često oko kombinacija brojeva, dobitaka, namirenja gubitka odnosno mogućnosti kladenja, kladioničkih i sportskih rezultata?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Pokušavate li sakriti svoju strast za igranjem / kladenjem?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Ako ste na jedno ili više pitanja odgovorili sa »Da«, trebali biste razmisliti o svom ponašanju u igrama odnosno kladenju. Mi Vam u tomu možemo pomoći. Obratite se s punim povjerenjem nekom od naših suradnika.

- Ne igrajte / ne kladite se nikad iznad novčanog iznosa koji ste unaprijed odredili.
- Neovisno o dobitku ili gubitku: kad dosegnete ulog u igri koji ste prethodno odredili, obvezno se prestanite igrati / kladiti se.
- Nikada ne igrajte / ne kladite se, ako to sebi financijski ne možete priuštiti.
- Nikada ne igrajte / ne kladite se, ako se radi igranja / kladenja morate zadužiti, odnosno nikada s novcem stavljenim na stranu.
- Nikada ne igrajte / ne kladite se s novcem koji ste zapravo htjeli utrošiti na nešto drugo (npr. poklon za dijete, najamninu, popravke itd.).

Sreća se ne može iznuditi!

- Igre na sreću / kladjenje nikada ne koristite kako biste prevladali neugodne osjećaje.
- Igre na sreću / kladjenje nikada ne koristite kako biste se oslobodili stresa.
- Postavite sebi granice u trošenju vremena na igranje / kladjenje.
- Nikada ne igrajte / ne kladite, ako ćete zbog toga morati zapustiti ili preskočiti socijalne i/ili profesionalne aktivnosti.
- Ako ste povećali učestalost igranja, napravite stanku.

Ako imate osjećaj da ste izgubili kontrolu nad svojim ponašanjem u igrama na sreću / kladenju, obratite se odgovarajućoj savjetodavnoj službi. Sačuvajte kontrolu nad svojim ponašanjem i ne dopustite da Vaše ponašanje upravlja Vama!

Za razgovor s kvalificiranim stručnjacima s područja liječenja ovisnosti predvidjeli smo samo za Vas mogućnost savjetovanja. Tim profesionalnih terapeuta po Vašoj će Vas želji savjetovati anonimno i besplatno, a po potrebi Vas može uputiti na prikladne ustanove u Vašem okruženju.

Helpline Kluba ovisnika o kockanju
 Dr.sc. Zoran Zoričić
 Specijalist psihijatar
 Stručnjak za bolesti ovisnosti - zaposlen na KB „Sestre milosrdnice“
 Vinogradska 29, Zagreb,
 Hrvatska
 Tel: 0800 7888

Klub ovisnika o kockanju (KLOK)
 Rudeška cesta 71
 10000 Zagreb
 Rad s grupom:
 srijedom od 19.30 do 21.00 sati



Kad sreća jednom popusti ...

» Zarobljeni u začaranom krugu biokemije osjećaja, možemo izgubiti kontrolu nad vlastitim ponašanjem. «
 Dr. Sabine Grüsser-Sinopoli

