

Kryteria diagnostyczne patologicznego hazardu

Aby sprawdzić, czy grozi Ci uzależnienie od hazardu, odpowiedz na poniższe pytania.

1. Czy w związku z hazardem brakowało Ci kiedykolwiek czasu?
2. Czy Twoja rodzina czuła się kiedykolwiek nieszczęśliwa z powodu Twojego grania?
3. Czy hazard wpłynął kiedykolwiek negatywnie na Twoją reputację?
4. Czy kiedykolwiek odczuwałeś/aś wyrzuty sumienia z powodu hazardu?
5. Czy kiedykolwiek uciekałeś/aś się do hazardu w celu zdobycia pieniędzy potrzebnych do spłacenia długów lub rozwiązania innych problemów finansowych?
6. Czy zdarzyło się, że hazard zaniżył Twoje ambicje lub niekorzystnie wpłynął na Twoją wydajność w działaniu?
7. Czy po przegranej odczuwasz potrzebę szybkiego odegrania się?
8. Czy po przegranej czujesz silną potrzebę ponowienia próby kolejnej wygranej?
9. Czy często zaczynasz grać, stawiając swoje ostatnie pieniądze?
10. Czy kiedykolwiek pożyczyłeś/aś pieniądze na gry hazardowe?
11. Czy kiedykolwiek sprzedałeś/aś coś w celu uzyskania pieniędzy na hazard?
12. Czy z trudem przeznaczasz swoje pieniądze zarezerwowane na hazard na dokonanie innych zakupów?
13. Czy kiedykolwiek hazard przesłaniał Ci troskę o byt Twojej rodziny?
14. Czy kiedykolwiek grałeś/aś dłużej niż to wcześniej zaplanowałeś/aś?
15. Czy hazard kiedykolwiek pozwolił Ci „zapomnieć” o kłopotach lub zmartwieniach?
16. Czy kiedykolwiek popełniłeś/aś lub myślałeś/aś o popełnieniu nielegalnego czynu w celu zapewnienia sobie środków na hazard?
17. Czy kiedykolwiek z powodu hazardu źle sypiałeś/aś?
18. Czy z powodu kłótni, niepowodzenia lub frustracji ogarniała Cię kiedykolwiek nagła potrzeba hazardu?
19. Czy dla uczczenia jakiegoś sukcesu uprawiasz hazard?
20. Czy kiedykolwiek pomyślałeś/aś, że przyczyną poważnych problemów w życiu może być hazard?

Jeśli na co najmniej siedem pytań odpowiedziałeś/aś TAK, oznacza to, że prawdopodobnie możesz być uzależniony od hazardu i potrzebujesz kontaktu ze specjalistą.

Źródło: <http://uzaleznienie.com.pl/testy-diagnostyczne/patologiczny-hazard/229-kryteria-diagnostyczne-patologicznego-hazardu.html>