

Test uzelf !

1. Hoe vaak doet u mee aan kans- en geldspelen? (loterij, krasbiljetten, casino- en zaalspelen, sportwedenschappen, enz.).

- Enkele keren per jaar of minder*
- Een keer per maand*
- Enkele keren per maand*
- Een keer per week*
- Enkele keren per week*
- Alle dagen*

2. Hoeveel tijd besteedt u per maand aan deze spelen?

- Minder dan 10 minuten*
- 10 tot 30 minuten*
- 30 minuten tot 1 uur*
- 10 tot 30 minuten*
- Een tiental uren*
- Meer dan 10 uren*

3. Wanneer u begint te spelen, gebeurt het dan dat u er meer tijd aan besteedt dan eerst gepland?

- Dat is nooit gebeurd*
- Dat is een keer gebeurd*
- Dat is verscheidene keren gebeurd*
- Dat gebeurt regelmatig*
- Dat gebeurt vaak*
- Dat is systematisch het geval*

4. Heeft u om te spelen al geld geleend of geld gebruikt dat u aan iets anders wilde besteden?

- Ja*
- Nee*

Quote :

Als u de twee eerste niveaus van vragen 1 tot 3 beantwoordt en "nee" antwoordt op vraag 4, ziet het er naar uit dat uw speelzucht onder controle is en dat u geen hulp nodig heeft. Doe zo voort. Aarzel niet deze vragenlijst opnieuw in te vullen wanneer u de indruk heeft dat uw speelzucht is toegenomen.

In de andere gevallen ziet het er naar uit dat uw speel- en gokzucht problematisch is voor u. Gokspelen nemen een belangrijke plaats in uw leven in en stellen u misschien al voor problemen. Het door de Speelkliniek Dostoïevski voorgestelde programma belangt u aan. Het richt zich immers tot spelers die hun leven minder willen laten bepalen door kansspelen en die minder of helemaal niet meer wensen te spelen. Voor meer informatie over dit hulpprogramma kunt u terecht op de website stopgokken.gokkliniek.be.