

# SELBSTDIAGNOSE - SIND SIE EIN PROBLEMSPIELER?

Spielen Sie gerne? Ist das Spielen für Sie schon zum Problem geworden? Wenn Sie Ihr eigenes Glücksspielverhalten überprüfen wollen, um die Situation realistisch beurteilen zu können, beantworten Sie die folgenden Fragen:

1. Haben Sie jemals Ihre Arbeit versäumt, um Spielen zu können?
2. Wurden durch das Spielen bereits familiäre Missstände ausgelöst?
3. Haben Sie nach dem Spielen Gewissensbisse?
4. Haben Sie schon mit dem Vorsatz gespielt, mit dem Gewinn Schulden zu bezahlen oder andere finanzielle Probleme zu lösen?
5. Versuchen Sie einen Spielverlust sofort zurückzugewinnen?
6. Spielen Sie nach dem Gewinn weiter, um noch mehr zu gewinnen?
7. Haben Sie schon so lange gespielt, bis Sie kein Geld mehr hatten?
8. Haben Sie sich schon Geld geborgt, um Spielen zu können?
9. Haben Sie Kredite „laufen“, die mit dem Spielen zusammenhängen?
10. Haben Sie schon einige Sachen verkauft, um Spielen zu können?
11. Geben Sie das Geld widerwillig für andere Sachen als Spielen aus?
12. Merken Sie, dass Ihr Interesse an der Umgebung nachlässt?
13. Haben Sie schon länger gespielt, als Sie vorhatten? (Merken Sie, dass Sie beim Spielen zeitliche Vorgaben nicht mehr einhalten?)
14. Sind Sie unruhig und aggressiv, wenn Sie keine Gelegenheit zum Spielen finden?
15. Haben Sie schon angefangen, gedanklich oder auch real, die Möglichkeiten ungesetzlicher Finanzierung durchzuspielen?
16. Haben Sie schon gespielt, um sich Glücksgefühle zu verschaffen?
17. Haben Sie schon gespielt, um Sorgen, Ärger und Frustrationen zu vergessen?
18. Haben Sie weiter gespielt, obwohl Sie spürten, dass Sie sich selbst und andere schädigen?
19. Sind Sie bereits trotz fester Absichten, nicht zu spielen, oftmals rückfällig geworden?
20. Hatten Sie schon wegen des Spielens Selbstmordgedanken, oder unternahmen Sie bereits Selbstmordversuche?

## Auswertung:

Wenn Sie drei oder mehr Fragen mit „ja“ beantwortet haben, ist es möglich, dass Sie gefährdet sind. Das Spielen beginnt für Sie ein Problem zu werden. Sie sollten Ihr Spielverhalten und Ihre derzeitige Lebenssituation überdenken. Wenn Sie mehr als sieben Fragen mit „ja“ beantwortet haben, ist die Wahrscheinlichkeit, dass Sie glücksspielabhängig sind, fast hundertprozentig. Es wäre für Sie wichtig, Ihre Situation mit einem der Problematik vertrauten Berater/Psychotherapeuten zu klären und weitere mögliche Hilfen zu besprechen.

Selbstdiagnose mit freundlicher Genehmigung von Ambulante Betreuungshilfe Spielsuchthilfe,  
1050 Wien, Siebenbrunnengasse 21/DG, [www.as-wien.com](http://www.as-wien.com)

## Beratungsstellen

### Linz

Stockhofstraße 9  
4020 Linz  
Tel. (0732) 77 77 34  
[www.schuldner-hilfe.at](http://www.schuldner-hilfe.at)

### Sprechstunde Linz

(ohne Terminvereinbarung)  
Beratungsstelle Linz  
jeden Dienstag  
von 16.00 bis 18.00 Uhr

## Außenstellen in den Bezirken

- Freistadt
- Kirchdorf/Krems
- Perg
- Rohrbach-Berg

Anmeldung erfolgt  
über Linz

Tel. (0732) 77 77 34

**KOMPETENT UND KOSTENFREI!**