BİLGİLER

ŞANS OYUNLARIYLA SORUN YAŞADIĞINIZA DAHİL İŞARETLER

- Teminatlı gelir halde maddi sorunlarınızın arttığı, borçlanmak
- Daha az zaman, iş yerinde ve evde açıklanamayan yokluk
- Şans oyunların kapsamını gizlemek için bahane uydurmak ve yalan söylemek
- Huzursuzluk, gerginlik, uyku problemleri
- Sinirlilik, ruh halinin (moralin) gittikce bozulması
- Güvenilmezliğin artışı, zihinsel yokluk

Eğer endişeliyseniz:
Yakınınızdaki ilk başvurulacak yeri arayınız.

Adresleri burada bulabilirsiniz:
www.verspiel-nicht-mein-leben.de

YARDIM

Mağdur şans oyunculara, aile mensuplara, arkadaş çevrelere ve diğer kişilere değişik ücretsiz yardım imkanları bulunmaktadır.

Tüm bilgileri, adresleri ve anonim çevrimiçi teklifini **Entlastung für Angehörige (EfA)** burada bulabilirsiniz: **www.verspiel-nicht-mein-leben.de**

Danışma Hattı
Ücretsiz ve anonim: 0800 326 47 62

Landesstelle
Glücksspielsucht
in Bayern

Edelsbergstraße 10
80686 München
Telefon: 089 55 27 359 0
Fax: 089 55 27 359 22
info@lsgbayern.de | www.lsgbayern.de

Sitz: München | Registergericht: München | Register: VR 201570
Inhaltlich verantwortlich: Konrad Landgraf

HAYATIMI ŞANS OYUNLARDA KAYBETME

YAKINLAR İÇİN YARDIM

GERÇEKLER

ŞANS OYUNLARLA SORUN YAŞAMAK

Almanya´da yaklaşık olarak insanların yüzde 80'i hayatında şans oyunları oynuyor. Bazıları için bu durum probleme dönüşüyor ve bağımlılık yaratıyor. Bu kişiler şans oyunlara gittikce daha fazla zaman ayırıyorlar ve para harcıyorlar ve dolayısıyla kontrolü kaybediyorlar.

- Almanya´da yaklaşık yarım milyon insan etkilenmiş bu durumdan
- Her yaşta, cinsiyette, meslekte, eğitim derecesinde ve hayat şartlarında
- Hem önceden olmayan hem de önceden var olan hastalıkları olan kişilerde de mümkün

ETKİLER

DİĞER KİŞİLERE ETKİLER

Bir kişinin şans oyunlarıyla sorunu her zaman için özel ve profesyonel çevresindeki diğer kişileri de etkiler. Sorunun büyüklüğüne ve sorun yaşayan kişiye olan ilişkiye göre onlar için etkiler çok farklı olabilir.

- Mağdur kişiyi merak etmek
- Kendi durumu ve geleceği için endişeli olmak
- Sürekli düşünmek, gerginlik, uyku problemleri ve sağlık sorunları
- Güvenç kaybetmek, güvensizlik ve kavga (tartışma)
- Deyişik yaşama alanlarını ihmal etmek
- Sosyal hayattan uzaklaşmak ve ilişkilerini kaybetmek
- Maddi sorunlar ve hayati tehdit
- Hukuksal sorunlar mümkün
- İlaveten sorumluluk ve görev almadan dolayı gündelik sorunların artması

TAVSİYELER

NE YAPABİLİRSİNİZ?

Sorunu gizlemeyin – sorun yaşayan kişiye karşıda, ailenizde ve arkadaş çevrenizde de. Eğer çocuklarınız var ise: Onları da konunun içine dahil edin ama durumu yaşlarına göre açıklayın.

- Sorun yaşayan kişinin hareketlerini kontrol etmeye çalışmayınız
- Belirli sınırlar koyunuz ve sadece uyabilecek ve uyabilmek istediğiniz sonuçları açıklayınız
- Sorun yaşayan kişiye para vermeyiniz ve onun için borçlanmayınız
- Erken profesyonel yardıma başvurunuz ve onu sorun yaşayan kişiye de tavsiye ediniz
- Kendinize iyi bakınız, hobilerinizin peşinden gidiniz ve size iyi gelen insanlarla görüşünüz
- Rahatlamak için başkalarıyla endişelerinizi ve tereddütlerinizi paylaşınız. Sorun yaşayan kişiye de duygularınızı ve düşüncelerinizi anlatınız
- Sorumluluğu sorun yaşayan kişi de bırakınız. Onlar için yalan söylemeyiniz ve onların görevlerini kendi üzerinize almayınız

Her tavsiye herkes için her zaman uygulanmayabilir.
Önemli olan sadece birşeyler yapmanız.