

Selbsttest

Wenn Sie nicht sicher sind, ob Ihr Glücksspielverhalten problematisch ist, können Sie sich an folgenden Fragen überprüfen:

1.	Ich beschäftige mich in meinen Gedanken häufig mit dem Spielen.	<input type="checkbox"/> Ja	<input type="checkbox"/> Nein
2.	Ich verspiele mehr Geld, als ich mir vorgenommen habe.	<input type="checkbox"/> Ja	<input type="checkbox"/> Nein
3.	Ich spiele meistens, um Verluste wieder auszugleichen.	<input type="checkbox"/> Ja	<input type="checkbox"/> Nein
4.	Meine Angehörigen und Freunde dürfen nicht wissen, wie viel ich verspiele.	<input type="checkbox"/> Ja	<input type="checkbox"/> Nein
5.	Mir war schon häufig das Spielen wichtiger als alles andere.	<input type="checkbox"/> Ja	<input type="checkbox"/> Nein
6.	Um spielen zu können, leihe ich mir häufig Geld.	<input type="checkbox"/> Ja	<input type="checkbox"/> Nein
7.	Ich habe mir auch schon illegal Geld zum Spielen besorgt.	<input type="checkbox"/> Ja	<input type="checkbox"/> Nein
8.	Meine Versuche, das Spielen zu kontrollieren oder zu reduzieren, sind misslungen.	<input type="checkbox"/> Ja	<input type="checkbox"/> Nein
9.	Ich war unruhig und reizbar, nachdem ich versucht habe, mit dem Glücksspielen aufzuhören.	<input type="checkbox"/> Ja	<input type="checkbox"/> Nein
10.	Ich hatte schon private oder berufliche Schwierigkeiten wegen meines Spielens.	<input type="checkbox"/> Ja	<input type="checkbox"/> Nein

Wenn Sie mehrere Fragen mit „Ja“ beantwortet haben, kann das ein Anzeichen dafür sein, dass Ihr Spielverhalten problematisch ist! Auf der Rückseite finden Sie Hilfe:

Hier geht's zum Online-Selbsttest!



Ihre Anlaufstellen

LANDESFACHSTELLE
Glücksspielsucht Saarland

Kostenlose, anonyme Telefonberatung

Telefonberatung des BiÖG Beratungstelefon der
Bundesinstituts für öffentliche Gesundheit (BiÖG) zur
Glücksspielsucht:

Hotline 08 00 – 13 72 700

Mo – Do: 10 – 22 Uhr | Fr – So: 10 – 18 Uhr

Kostenlos und anonym

Türkische Hotline in türkischer Sprache

Hotline 08 00 – 32 64 762

Kostenlos und anonym

Russische Hotline

Наша горячая линия STEP
работает по понедельникам
с 16:00 до 18:00 часов.

Тел. 0511 – 70 14 664

Onlineberatung Caritas

[www.caritas.de/hilfeundberatung/
onlineberatung/suchtberatung/](http://www.caritas.de/hilfeundberatung/onlineberatung/suchtberatung/)



Test à faire soi-même

LANDESFACHSTELLE
Glücksspielsucht Saarland



Caritasverband
für Saarbrücken und
Umgebung e.V.

Johannisstr. 2

66111 Saarbrücken

Telefon: 06 81 - 30 90 6-90

Mail: info@gluecksspielsucht-saar.de

www.gluecksspielsucht-saar.de