**התמכרות להימורים**

**לפניכם 20 פריטים לזיהוי דפוסים של מכור להימורים.**

**אם ענית בצורה חיובית על 7 שאלות ומעלה, אנו ממליצים לך לפנות לקבלת טיפול מקצועי.**

1. האם אי פעם חמקת מהעבודה כדי להמר?
2. האם ההימורים גרמו לכך שחייך בבית יהיו אומללים?
3. האם ההימורים פגעו בשם הטוב שלך?
4. האם הרגשת אי פעם חרטה לאחר שהימרת?
5. האם הימרת אי פעם כדי להשיג כסף על מנת לשלם חובות, או לפתור בעיות פיננסיות?
6. האם הימורים פגעו בשאפתנות, או ביעילות שלך?
7. האם אחרי שהפסדת הרגשת שעליך לחזור להמר מהר ככל האפשר, על מנת לזכות מחדש במה שהפסדת?
8. האם אחרי שזכית היה לך דחף עז לחזור ולהרוויח עוד?
9. האם הימרת לעיתים קרובות עד הכסף האחרון שעליך?
10. האם לקחת אי פעם הלוואות כדי לממן את ההימורים שלך?
11. האם מכרת רכוש כלשהו כדי לממן הימורים?
12. האם בדרך כלל הייתה לך נטייה לא להשתמש ב”כספי הימורים” להוצאות רגילות?
13. האם ההימורים גרמו לך להיות אדיש לרווחת המשפחה שלך?
14. האם אי פעם הימרת במשך זמן רב יותר מכפי שתכננת?
15. האם הימרת אי פעם כדי לברוח מבעיות או צרות?
16. האם אי פעם ביצעת או חשבת לבצע עבירה כלשהי על מנת לממן הימורים?
17. האם ההימורים גרמו לך לקשיי שינה?
18. האם ויכוחים, אכזבות ותסכול יוצרים בך דחף להמר?
19. האם חשת אי פעם דחף לחגוג כל הצלחה, או מקרה של מזל בעת הימורים?
20. האם אי פעם חשבת כי הרס עצמי הוא תוצאה של ההימורים שלך?

www.gaisrael.co.il