

การพนัน – เล่นอย่างมีขีด จำกัดหรือไม่

ฉันมีอันตรายหรือไม่

คุณเคยเล่นการพนันที่วางเดิมพัน
มากกว่าที่คุณตั้งใจไว้ ใช่หรือไม่

คุณเคยพยายามที่จะเล่นให้น้อยลง
แต่ทำไม่สำเร็จ ใช่หรือไม่

คุณรู้สึกกระวนกระวายหรือหงุดหงิด
เวลาไม่ได้เล่น ใช่หรือไม่

คุณคิดถึงการเล่นการพนันที่ผ่านมาหรือ
วางแผนที่จะเล่นในอนาคตบ่อย ใช่หรือไม่

คุณเล่นการพนันบ่อยเวลาที่รู้สึกแย่
ใช่หรือไม่

คุณเล่นต่อไปเพื่อเอาเงินที่เสียไปคืน ใช่หรือไม่

คุณเคยยืมเงินคนอื่นเพื่อเอา
มาเล่นต่อไป ใช่หรือไม่

คุณเคยขอให้คนอื่นช่วยชำระหนี้
การพนันของคุณ ใช่หรือไม่

คุณเคยโกหกมาแล้วเพื่อปิดบังว่าคุณเล่น
การพนันมานานแค่ไหน ใช่หรือไม่

คำตอบว่า «ใช่» หรือ

คำตอบว่า «ใช่» ทุกคำตอบเป็นสัญญาณหนึ่งที่บ่งบอกให้ทราบได้ว่า
คุณติดการพนัน ขอให้คุณพูดคุยเรื่องนี้กับคนที่อยู่ใกล้ตัวคุณ
หรือไปขอรับคำปรึกษาที่เสนอให้แห่งใดแห่งหนึ่งดังที่แสดงไว้
เพื่อปรึกษาหารือสถานการณ์แต่ละสถานการณ์ของคุณ




«ในช่วงขณะนั้นคนเราไม่รู้
ตัวหรอก แต่อันที่จริงแล้ว
คนเราวิ่งตามสิ่งที่ได้สูญเสียไป»

อีส์ไมล์ ใน ภาพยนตร์สารคดี Geld.Spiel.Sucht.



การให้คำปรึกษาฟรีและไม่ต้อง เอ่ยชื่อ สำหรับผู้เล่นการพนัน

 Spielsucht-helpline
0800 040 080

การให้คำปรึกษาฟรีและไม่ต้องเอ่ยชื่อ (24/7)

SafeZone.ch
Online-Beratung zu Suchtfragen
ฟรีและไม่ต้องเอ่ยชื่อ

Spielen ohne Sucht
หน่วยงานให้คำปรึกษา
และข้อมูลข่าวสาร
www.sos-spielsucht.ch/th



Spielen ohne Sucht เป็นข้อเสนอร่วมกันของรัฐสวิตเซอร์แลนด์
17 รัฐและราชรัฐลิกเตนสไตน์ ซึ่งเสนอความช่วยเหลือและให้ข้อมูล
ข่าวสารในหัวข้อ การติดการเล่นพนัน สำหรับผู้เล่นและคนที่อยู่ใน
สังคมรอบข้าง

การเล่นการพนัน— คุณคิดวิตกกังวล เกี่ยวกับบุคคลที่ เล่นการพนัน ใช่หรือไม่

บุคคลที่อยู่รอบข้างของฉันมี ปัญหาเรื่องนี้ ใช่หรือไม่

เงินขาดหายไปโดยไม่มีเหตุผลที่เห็นได้ชัดเจน
ใบเรียกเก็บเงินที่ไม่ชำระ ถอนเงินบ่อย ๆ ขอยืมเงินจาก
ญาติพี่น้องหรือเพื่อน ๆ โดยไม่มีคำอธิบายที่มีเหตุผล
สำหรับเงินที่ขาดหายไป พฤติกรรมเหล่านี้ อาจเป็น
เครื่องบ่งบอกได้ว่าติดการพนัน

เหม่อลอย

บุคคลที่ติดการพนันนั้น ความคิดจิตใจจะจดจ่ออยู่กับ
เรื่องการพนันเสมอ หรือคอยแต่คิดว่าจะมีทางได้เงินมา
เล่นการพนันได้อย่างไร

กระวนกระวาย หงุดหงิด หดหู่ท้อแท้
นี้อาจเป็นอาการของการติดการพนันได้

ไม่มีเวลา

นอกจากเดิมพันเงินพนันที่สูงขึ้นเรื่อย ๆ ยังทุ่มเวลาให้
กับการเล่นพนันเพิ่มขึ้นอีก และปล่อยปละละเลยเรื่อง
ความสนใจอื่น ๆ และภาระหน้าที่อื่น

คำตอบว่า «ใช่» หรือ

ลักษณะอาการที่แจ้งให้ทราบนี้ อาจจะเป็นเครื่องแสดงว่าติดการพนันได้ แต่ไม่ใช่ว่าต้องเป็นเช่นนี้ เสมอไป ลักษณะพฤติกรรมที่สังเกตเห็นได้นี้ อาจมีสาเหตุมาจากปัญหาอื่นได้ ขอให้คุณสังเกตสัญญาณเหล่านี้ หนึ่งหรือหลายอย่าง เป็นเรื่องค้ำค้ำยั้งที่คุณจะพูดคุยอย่างเปิดเผยกับบุคคลที่มีปัญหานี้ เพื่อหาความกระจ่างชัด




«ฉันพยายามที่จะเข้าใจเขา
และเชื่อเขา แต่ฉันก็ชี้ให้
เขาเห็นถึงเรื่องโกหกที่เขา
เล่าให้ฉันฟัง »

มารีญา คูชีวิต
ในภาพยนตร์ *Geld.Spiel.Sucht.*



การให้คำปรึกษา ฟรีสำหรับผู้ที่อยู่รอบข้าง

 Spielsucht-helpline
0800 040 080
การให้คำปรึกษาฟรีและไม่ต้องเอ่ยชื่อ (24/7)

SafeZone.ch
Online-Beratung zu Suchtfragen
ฟรีและไม่ต้องเอ่ยชื่อ

Spielen ohne Sucht
หน่วยงานให้คำปรึกษา
และข้อมูลข่าวสาร
www.sos-spielsucht.ch/th

