

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

Selbsttest

Veröffentlicht auf Landesfachstelle Glücksspielsucht Saarland
(<https://gluecksspielsucht-saar.de>)

wegen meines Spielens		
-----------------------	--	--

Wenn Sie mehrere Fragen mit „Ja“ beantwortet haben, kann das ein Anzeichen dafür sein, dass Ihr Spielverhalten problematisch ist!

Ein Anruf in einer Beratungsstelle schafft Klarheit.

[Hier](#) [1] finden Sie Ihre nächste Beratungsstelle.

Einen weiteren Selbsttest finden Sie auf der Internetseite www.check-dein-spiel.de. [2]

Quell-URL: <https://gluecksspielsucht-saar.de/de/hilfe/selbsttest>

Links

[1] https://gluecksspielsucht-saar.de/hilfe/hilfe_für_spielerinnen_im_saarland

[2] <http://www.check-dein-spiel.de>