



Siete preoccupati
per l'abitudine al
gioco d'azzardo
di qualcuno?



Segnali generali dell'esistenza di un potenziale problema di gioco d'azzardo

Ognuno ha un'esperienza diversa, ma esistono dei segnali generali che potrebbero indicare la presenza di un potenziale problema di gioco d'azzardo. Più caselle segnate, maggiore sarà la possibilità dell'esistenza di un problema.

Voi, o qualcuno che conoscete, ha mai...

- Mentito circa il tempo o la quantità di soldi spesi al gioco?
- Chiesto soldi in prestito o venduto qualcosa per poter giocare?
- Sottratto la sua presenza al lavoro, a cerimonie di famiglia o altri doveri, per giocare?
- Usato il gioco per evadere dalla noia o dai problemi di casa o del lavoro?
- Giocato per recuperare le perdite?
- Sentito il bisogno di giocare cifre sempre maggiori o giocare per periodi più lunghi per mantenere lo stesso livello di eccitazione?
- Litigato con il coniuge, il partner o i familiari a causa del denaro e il gioco d'azzardo?
- Nascondo bollette, avvisi di pagamenti scaduti, vincite o perdite, al partner o ai familiari?
- Sentito che "la grande vincita" risolverà tutti i problemi?
- Giocato fino all'ultimo centesimo?
- Trascurato il dormire o il mangiare per avere più tempo per giocare?

Se siete il coniuge, un familiare o l'amico di una persona che ha il vizio del gioco d'azzardo, è naturale che vogliate aiutare questa persona. Ma fate attenzione, perchè la persona interessata potrebbe non essere pronta o disposta ad ammettere che ci sia effettivamente un problema. Anche se il vizio del gioco sta avendo un impatto negativo su di voi e sulla vostra famiglia, non si può costringere qualcuno a smettere di giocare.

Ecco quello che potete fare

Prima di affrontare il problema...

- 1) **Informatevi:** innanzitutto cercate di capire il problema. Fate delle ricerche sul vizio dei giochi d'azzardo attraverso i siti web, tipo www.responsiblegambling.org.
- 2) **Attenzione :** se esiste la possibilità di un comportamento violento o di abuso, usate la massima cautela. Organizzate un sistema di supporto - familiari, amici, un sacerdote o un consulente.
- 3) **Scegliete il momento giusto:** se la persona esprime rimorso per il vizio di giocare, oppure ha appena superato una situazione di gioco d'azzardo, questo potrebbe essere il momento giusto per parlarne.



Come esprimere i vostri timori...

- 4) **Esprimete le vostre preoccupazioni in prima persona.** Esternate i vostri sentimenti usando espressioni tipo "Io sento" o "Io penso". In questo modo, chi vi ascolta sentirà meno bisogno di difendersi, ed un eventuale litigio sarà meno probabile.
- 5) **Conservate la calma:** mantenete un atteggiamento distaccato quando affrontate l'argomento del vizio del gioco o altri aspetti delicati, ad esempio la situazione finanziaria familiare.
- 6) **Cercate di negoziare e stabilire dei limiti ben precisi:** esprimete chiaramente le vostre aspettative riguardo l'atteggiamento futuro verso il gioco d'azzardo, la gestione finanziaria e le responsabilità.

Dopo di averne parlato...

- 7) **Incoraggiate i cambiamenti positivi :** riconoscete e apprezzate i passi rivolti a migliorare la situazione e premiate i successi.
- 8) **Cercate aiuto anche per voi:** un consulente o anche un gruppo di autoterapia vi può aiutare a comunicare più efficacemente, e ridurre il vostro senso di colpa, ed accrescere il senso di autostima.
- 9) **Ricordate che il cambiamento richiede tempo:** possono essere necessari vari tentativi prima che una persona possa, con successo, modificare il suo comportamento verso il gioco d'azzardo.

Consigli per i coniugi o partners

Cosa andrebbe fatto...

- ✓ Riconoscete che il gioco d'azzardo è solo uno degli aspetti della vita del vostro partner
- ✓ Riconoscete le qualità del vostro partner
- ✓ Mantenere la calma mentre parlate con il partner del gioco d'azzardo e delle sue conseguenze
- ✓ Comunicate al partner che state cercando aiuto per voi stessi
- ✓ Spiegate il problema anche ai bambini, usando un linguaggio e particolari adatti alla loro età
- ✓ Negoziare e stabilite un sistema di controllo delle finanze di famiglia. Se il partner si rifiuta di collaborare, organizzatevi per proteggere le vostre risorse finanziarie. Per maggiori informazioni, consultate la lista delle RGRC, agenzie di consulenza finanziaria della vostra zona, oppure visitate la sezione "Help with Problem Gambling- Money Management" (Assistenza per il Problema del Vizio del Gioco - Gestione del Denaro-) sul sito www.responsiblegambling.org.

DA EVITARE...

- X Non fate i saccenti, non accusate e non predicate
- X Non minacciate né date un ultimatum, a meno che siate disposti ad andare fino in fondo
- X Non giocate d'azzardo con il partner
- X Non escludete l'individuo dalle attività familiari
- X Non prestate soldi, né saldare i debiti del giocatore

Se vi preoccupa il vostro vizio del gioco o quello di qualcuno che vi sta a cuore, potrete trovare appoggio e risposte alle vostre domande chiamando:

ONTARIO PROBLEM GAMBLING HELPLINE
1-888-230-3505

Gratis. Confidenziale. Anonima. 24/7.

Per maggiori informazioni circa le modalità di gioco d'azzardo più sane, o per saperne di più sulle risorse locali disponibili a fornire assistenza alle persone con problemi legati al gioco d'azzardo, visitate il sito:

www.responsiblegambling.org

Responsible Gaming Resource Centre

I Centri Risorse per il Gioco Responsabile (Responsible Gaming Resource Centre) (RGRC) si trovano in ogni punto vendita di biglietti della lotteria (OLG) in tutto l'Ontario, e forniscono informazioni ai clienti su modalità di gioco più sane, oltre ad offrire assistenza e riferimenti ad associazioni locali che danno aiuto in situazioni di problemi dovuti al gioco d'azzardo. Gestiti dal Consiglio per un Gioco Responsabile, i vari centri sono indipendenti, e tutte le informazioni fornite al RGRC sono strettamente confidenziali.

Responsible Gambling Council

Il Consiglio per il Gioco Responsabile (Responsible Gambling Council) (RGC) è un'organizzazione indipendente, senza scopo di lucro, che si dedica alla prevenzione dei problemi legati al gioco d'azzardo. L'RGC crea e distribuisce programmi di grande efficacia per la diffusione della conoscenza del problema. Attraverso il RGC Centro per lo sviluppo delle migliori strategie (RGC Centre for the Advancement of Best Practices), il Consiglio promuove anche l'identificazione e l'adozione delle migliori procedure per la prevenzione dei problemi legati al gioco d'azzardo.

www.responsiblegambling.org

