



שאלון אבחנה לנוער

האם יש לך בעיית הימורים?

1. האם אתה מהמר לעתים קרובות על בסיס יומי? כן/לא
2. האם אתה מרגיש ריגוש, מתח בזמן ההימור? כן/לא
3. האם אתה מהמר גם במסגרת שעות הלימודים? כן/לא
4. האם אי-פעם נעדרת מבית-הספר כדי להמר? כן/לא
5. האם נקלעת לחובות כתוצאה מהימורים? כן/לא
6. האם לווית כסף כדי להחזיר את החובות? כן/לא
7. האם יש לך מצב רוח ירוד כתוצאה מהפסדים, לחצים? כן/לא
8. האם הימורים הם העיסוק הכי מרגש שלך בחיים? כן/לא
9. כשאתה מהמר, האם אתה מאבד תחושה של זמן כמו בתוך בועה? כן/לא
10. האם יש לך בעיות שינה? חרדות? קושי להרדם? כן/לא
11. האם אתה מרגיש שהחברים שלך מקנאים בך כשאתה מרוויח בהימורים ושאתה מקבל תשומת-לב מיוחדת בגלל ההימורים? כן/לא
12. כשאתה מפסיד, האם אתה מרגיש שעליך להמר מהר ככל-האפשר כדי לכסות על הפסדים? כן/לא
13. האם אתה מהמר בכסף שאמור להיות לצרכים אחרים כמו לאוכל, לבגדים, לציוד ב"ס? כן/לא
14. האם מברת חפץ שיקר לליברך כדי להשיג כסף להימורים או כדי להחזיר חוב? כן/לא
15. האם אתה מנסה להסתיר מחברים או בני-משפחה מידע באשר לתדירות ההימורים שלך? כן/לא
16. האם אתה רב עם הורים, בני-משפחה או חברים בגלל ההימורים? כן/לא
17. האם אתה מהמר לעתים קרובות על בסיס יומי? כן/לא
18. האם אתה מרגיש ריגוש, מתח בזמן ההימור? כן/לא

תשובות

מה מספר התשובות החיוביות שענית?

0-5

אתה מהמר חברתי, יודע מתי לעצור, לא מאבד את הראש. ויכול לשלוט על זמן והסכום שאתה משקיע בהימור. בשבילך זה בילוי חברתי בלבד. אך יש לך נטייה ומשיכה להימור, לריגוש. ועלייך להיות מודע לכך ולהיות בבקרה ובשליטה

5-10

אתה מהמר בעייתי – יש לך נטייה לריגושים, לכסף קל, כרגע אתה עדיין בשליטה אך ההימור עבורך הוא תחביב שאתה משקיע בו זמן ואנרגיה ואתה עלול להיכנס לחובות ולהידרדר להימור כפייתי.

10 ומעלה

אתה מהמר כפייתי – עסוק באופן אובססיבי בהימור, רודף אחרי הפסדים שלך ונכנס לחובות גדולים. התחושה שלך שאתה מאבד שליטה, חי מהימור אחד לבא, משקר ומסתיר את היקף הסכומים. אתה עלול לחוות מצב רוח ירוד, תחושה של בדידות, מתחים ולחצים כתוצאה מהחובות. רצוי שתפנה לקבלת עזרה.