

# **GİZLİ DANIŞMANLIK VE TEDAVİ - TAMAMEN ÜCRETSİZDİR**

Bizi 70 11 18 10 numaralı telefondan arayın ya da [stopludomani.nu](http://stopludomani.nu) web sitesini ziyaret edin



**CENTER FOR  
LUDOMANI**

Kopenhag / Aarhus / Odense

# ÇOK KUMAR OYNAYAN BİR TANIDIĞINIZ VAR MI?

Boşanmalar

İşsizlik

Hastalıklar

İntihar

Suç

Yalan Söyleme



# Kumar problemleri?

Bir çok kumarbaz, sadece eğlencesine, küçük miktarlarda bahis oynayarak başlamıştır. Bazıları kumara o denli kapılır ki, zaman içinde hayatlarının kontrolünü kaybederler. Bu kişilerde bir kumar problemi ortaya çıkar ve kompulsif kumarbazlara dönüşebilirler.

Kompulsif bir kumarbaz, para içeren oyunlar oynamanın cazibesine kapılmış biridir. Herkes etkilenebilir, ancak bu özellikle, hızlı bahisler oynayan ya da kumar makinelerini kullanan kişiler arasında yaygındır.

Kompulsif kumar, 48.000 kumarcının ve bu kişilerin yaklaşık 400.000 civarında arkadaşı ve akrabalarının hayatlarını mahvetmektedir. Ayrıca 286.000 risk altındaki kumarbaz ve problemlili kumar oyuncuları da, kompulsif kumarbaz haline gelme tehlikesi ile karşı karşıyadır.

Bu tabuyu yıkmaya yardımcı olacağınızı ve kompulsif kumara bir son vereceğinizi ümit ediyoruz.

## Tanıdığınız biri mi var?

Kumarın bir problem haline geldiğini fark etmek çok uzun zaman alabilir. Bu hem kumarbaz, hem de arkadaş ve akrabaları için geçerlidir. Bunun kısmi sebebi ise, kumar problemlerinin, genellikle, utanç duyguları ile ilişkili olması, yalanlarla dolu ikili bir yaşam sürülmesidir.

Belki evin bütçesi tutmadığı zaman şüphelenirsiniz; birileri, bahis oynamaya çok meraklı olduğu zaman, ya da hikâyeleri birbirini tutmadığı zaman. Ya da kişinin davranışlarında veya ruh halinde bir değişiklik görüyorsunuzdur?? Ne kadar çok zaman geçerse, problemler de o denli kötü bir hal alır.

Eğer tereddüt ediyorsanız, [stopludomani.nu](http://stopludomani.nu) adresinden bir arkadaş ya da akraba olarak testi yanıtlayabilirsiniz.

# Birtakım tavsiyeler

- Birinin kumar problemi yaşadığına dair şüpheleriniz varsa, harekete geçin. Kazandığı paraların ya da ekstra paranın nereden geldiğini ve zamanını nerede harcadığını sorun. Endişelerinizi açıklayın. Belki de kumara ayrılacak para ve zaman konusunda bir sınır koyup anlaşabilirsiniz?
- Kumar oynamayı daha zor hale getirmek ve kumarla doldurulacak zamanı başka şeylerle doldurmak konusunda yardımcı olun. Örneğin, başka aktiviteler tavsiye edin. Para vermenin, kolaylıkla daha fazla kumar oynamak üzere baştan çıkarıcı bir faktör olabileceğini dikkate alın.
- Arkadaş veya akrabalarından, dini liderlerden, doktor ya da uzmanlardan destek ve tavsiye isteyin. Bunlar, problem kumara dönüşmeden önce de, dönüştükten sonra da gerçekleştirilecek eylemler olmalıdır.

## Yardıma mı ihtiyacınız var?

İnsan kumari gizlemeye meyilli olabilir. Bir çok arkadaş ve akraba her defasında bunun son olacağını ümit eder. Ancak bu durumun üstesinden gelmek son derece zor olabilir. Çoğu kişinin desteğe ihtiyacı olabilir ve ayrıca bir çok kişi de profesyonel yardıma gerek duyabilir.

Bizler, hem kişilerin arkadaş ve akrabalarına, hem de kumar problem yaşayan kişilere ücretsiz tavsiye, destek ve tedavi sunmaktayız.

Gizli kalacak şekilde konuşmak için 70 11 18 10 numaralı telefondan bizi arayın