

Muutostyölomake pelaajalle

Kuinka tyytyväinen olet yleensä elämääsi asteikolla 0-10,
jos kymmenen on paras mahdollinen ja nolla huonoin mahdollinen?

Mikä on rahapelaamisen vaikutus antamaasi numeroon? Miten pelaamisen jääminen pois elämästäsi näkyisi käytännössä? Jäisikö silloin jotain hyvää pois? Mitä tarvetta pelaamisesi on mielestäsi palvellut?

Mikä on tavoitteesi rahapelaamisen suhteen? Kuinka tärkeänä näet pelaamisen lopettamisen?
Mikä pelaamisen lopettamisessa on ollut tähän mennessä hankalinta?

Millä tavoin lähdet etenemään tavoitettasi kohti? Millaisten konkreettisten tekojen avulla?
Mitä pitäisi tapahtua seuraavaksi, jotta pääsisit yhdellä numerolla kohti tavoitettasi?

Minkälaista konkreettista apua mielestäsi tarvitset?
Mistä löydät tarvittaessa apua?

*Vaikeatkin tilanteet ovat ratkaistavissa - uusilla tavoilla,
jolloin menneisyyden kokemuksista voi tulla taakan sijasta voimavara.*