

¿REINSTAURAR EL DIÁLOGO?

Algunas preguntas que hacerse:

PARA EL FAMILIAR

• Hablo a menudo con mis familiares de temas importantes, y es sin dificultad:

Sí No

• No obligo a los otros a que acepten mi ayuda:

Sí No

• Pedí datos a propósito del juego de que se trata:

Sí No

• Hablo con la persona implicada sin acusarla ni juzgarla:

Sí No

• Animo al otro a que cuente su vivencia:

Sí No

PARA EL JUGADOR

• Hablo a menudo con mis familiares de temas importantes, y es sin dificultad:

Sí No

• Consigo pedir ayuda a los otros cuando lo necesito:

Sí No

• Acepto hablar con mis familiares y explicarles el juego que practico:

Sí No

• Hablo con mis familiares de los problemas relaciones con el juego sin enojarme:

Sí No

• Animo al otro a que cuente su vivencia:

Sí No

Una mayoría de Sí

Posees ciertas cualidades que permiten discutir tranquilamente del problema de juego y buscar juntos soluciones. Sin embargo, ¿has pensado en solicitar una consulta, juntos, para evaluar las dificultades encontradas?

Mayoría de NO

No estabas todavía lo suficientemente listo como para abordar abiertamente el tema del juego con tu entorno. ¿Has pensado en pedir ayuda a una estructura especializada, solo o acompañado, para abordar el tema o simplemente pedir consejos?



¿PREGUNTAS?

Si este folleto te ha provocado preguntas, si una persona en tu entorno encuentra este tipo de dificultades, o si tú mismo te sientes preocupado por un problema de juego, puedes encontrar ayuda o más informaciones, dirigiéndote a:

www.jeu-excessif.ch

www.gambling-problems.ch

www.gioco-eccessivo.ch

www.glueck-spiel.ch

Centre du jeu excessif

Section d'addictologie
Service de psychiatrie communautaire

Centre Hospitalier Universitaire Vaudois

Rue Saint-Martin 7

1003 Lausanne

Tél. 021/314.92.07

Fax 021/314.89.04

E-mail : cje@chuv.ch

cje Centre du
Jeu Excessif

département
de psychiatrie

canton de
vaud
LIBERTÉ
PATRIE

¿UN JUGADOR ENTRE SUS FAMILIARES?

FILIJON imp. +33 4 50 26 29 13 - 05/2011

Centre
du jeu excessif

www.jeu-excessif.ch

Tél. 021/314.92.07

CHUV

❖ ¿UN FAMILIAR QUE JUEGA DEMASIADO?

Los juegos de azar y de dinero, así como los videojuegos on line, son susceptibles de acarrear problemas complejos para el entorno, que se trate de los cónyuges, de los hijos, los padres, del empleador, de los amigos, colegas o de los vecinos.

Los familiares de un jugador excesivo pueden pasar por varias fases, que van desde las sospechas de un juego problemático a un sentimiento de agotamiento, de desamparo o de impotencia.

Los familiares sufren también las numerosas consecuencias del juego: financieras, sociales, sobre la salud física y emocional, y pérdida de confianza.

❖ ¿CUÁLES SON LAS DIFICULTADES MÁS COMUNES?

El familiar, así como el jugador, se enfrenta muy a menudo a los efectos negativos del juego. Pero el jugador, por su parte, juega principalmente para los efectos positivos que puede obtener.

En el familiar, un cierto número de comportamientos es susceptible de aumentar las dificultades:

- Se siente obligado a resolver todos los problemas.
- Necesita controlar los acontecimientos y las relaciones con los terceros.
- Dar consejos, culpar, adelantar las necesidades ajenas.
- Tener la tentación de creer en las mentiras repetidas, sentirse culpable.
- Tener tendencia a hacer como si el problema no existiera.

❖ ¿LAS PRIMERAS MEDIDAS A TOMAR PARA PODER SALIR?

Para enfrentar el sentimiento doloroso de impotencia, de culpabilidad o de desamparo que puede sentir el familiar de una persona que presenta un problema de juego, es esencial:

- De asegurar la seguridad financiera (explorar la situación financiera, evitar préstamos, organizar medidas de protección)
- De asegurar su bienestar psicológico (romper el aislamiento, hablar, tener actividades agradables).
- De fijar límites (aprender a decir No, expresar claramente sus expectativas).
- De desarmar los círculos viciosos del jugador (no mentir para protegerlo, no justificar sus hábitos de juego, ofrecerle ayuda y apoyo sin dejar de mantenerse firme sobre los límites).

