



معلومات حول إدمان ألعاب القمار

CHECK
DEIN
SPIEL



Bundesinstitut für
Öffentliche Gesundheit

المتعة يمكن أن تؤدي إلى الإدمان

ألعاب القمار تثير المتعة، إنها مثيرة ومليئة بالتنوع الكامل. والتطلع أيضًا إلى الربح السريع أمرٌ مُغَرِّ. ولكن عادةً ما يلعب البعض بمعدل أكثر ولمدة أطول مما أرادَه حقًا. وهم يراهنون بأموال كثيرة وبقدر أكبر مما خُصَّصَ لذلك. إن هذا علامة تشير بوضوح إلى أن اللعب قد صار إدمانًا.

على الرغم من أن الكثيرين يواصلون اللعب أملًا في الفوز لاستعادة الأموال التي خسروها، فإنهم يفقدون السيطرة على تصرفاتهم الخاصة. وتصبح العواقب هي خسارة كبيرة للأموال والإصابة بالإحباط واليأس. وعادةً ما يعاني أيضًا الأشخاص المحيطين بهم.



ليس هناك وقت محدد بالضبط يصير فيه الشخص مدمنًا لألعاب القمار. التحولات سريعة للغاية

من الجيد
أن تعرف

تحقق من مدى موقفك

1 هل تراهن أحياناً في ألعاب القمار بالكثير من المال بقدر أكبر مما يمكنك ربحه؟

2 هل حاولت أن تقلل من اللعب ولكنك لم تنجح؟

3 هل تصبح ضيق الصدر وعصبياً حينما تلعب بمعدل أقل أو لا تلعب أبداً؟

4 هل يوجه إليك الأصدقاء أو أفراد العائلة النقد لأنك تلعب؟

5 هل تشعر بالذنب لأنك لا تتوقف عن اللعب وتخسر الكثير من المال؟

6 هل تحاول استعادة المال الذي خسرتَه من خلال مواصلة اللعب مجدداً؟

7 هل تقترض أحياناً المال لتتمكن من مواصلة اللعب؟

8 هل تطلب أموالاً من أشخاص آخرين من أجل سداد ديونك الناجمة عن اللعب؟

إن كل إجابة بـ "نعم" تعني إشارة خطيرة إلى احتمال إدمان ألعاب القمار. تحدث مع شخص مقرب منك عن ذلك أو توجه إلى مكتب الاستشارات.

العواقب المترتبة على إدمان ألعاب القمار

أحياناً يدمر الإدمان حياة بأكملها، ويعاني كذلك الوسط المحيط منه؛ حيث تنصرف العائلة والأصدقاء، وتضيع المهنة. وغالباً ما تكون العواقب على النحو التالي:

- خلق الأكاذيب بسبب الشعور بالخجل والخزي.
- فقدان الأموال اللازمة للإيجار والطعام.
- اقتراض الأموال والعجز عن إعادة تسديدها.
- ظهور المشاكل مع العائلة وشريك الحياة.
- إهمال الهوايات والاهتمامات الأخرى.
- فقدان بهجة الحياة والشعور بالوحدة.
- قد يلجأ البعض إلى ارتكاب الجرائم.

كن صادقاً مع نفسك

تحقق من الأمر بدقة. هل تعاني من أحد هذه العواقب بالفعل؟ أم أنك تلاحظها في شخص مقرب منك؟ احصل على المساعدة قبل أن تتفاقم المشاكل وتصبح أكبر.



يمكنك الإطلاع على التعليمات الخاصة بمكاتب الاستشارات والعنواين في الصفحة الخلفية.



هل تعلم ذلك؟

«حينما بدأت اللعب ذات مرة، كنت أتوقف فقط عندما لا يكون لديّ المزيد من المال. وعندما أفوز، فإنني أواصل اللعب أملاً في تحقيق المزيد الفوز؛ وعندما أخسر، يجب عليّ مواصلة اللعب من أجل استعادة المال الذي خسرتَه مجدداً.»

- بيري، 29 عامًا



هنا يمكنك الحصول على المساعدة

استشارة هاتفية بشأن إدمان القمار من قبل المعهد الاتحادي
للصحة العامة (BIÖG) باللغة الألمانية

رقم الهاتف: 0800 1 37 27 00 (رقم الخدمة المجاني)
أوقات تقديم الاستشارة للاعبين والأقارب والمهتمين: من الإثنين إلى
الخميس: من الساعة 10 ص حتى 10 م، ومن الجمعة إلى الأحد: من
الساعة 10 ص حتى 6 م.

الاستشارة الهاتفية باللغات الأجنبية بشأن إدمان القمار:

[www.check-dein-spiel.de/hilfe-fuer-spieler/fremdsprachige-
telefon-beratung](http://www.check-dein-spiel.de/hilfe-fuer-spieler/fremdsprachige-telefon-beratung)

www.check-dein-spiel.de

بوابة إلكترونية للحصول على المعلومات الشاملة والمساعدة.
معلومات حول ألعاب القمار وإدمان ألعاب القمار. اختبار ذاتي مُفضّل.
برنامج إقلاع عبر الإنترنت وعناوين مكاتب الاستشارات.

هيئة التحرير

الناشر: Bundesinstitut für Öffentliche Gesundheit, BIÖG

. كولونيا. كل الحقوق محفوظة.

إدارة المشروع: Stephanie Eckhardt, BIÖG, Köln

الفكرة

والتصميم والتحرير: em-faktor / وكالة Social Profit. شتوتجارت

الطباعة: تم إنتاج هذا الوسيط بطريقة مراعية للبيئة.

, Warlich Druck Meckenheim GmbH

Am Hambuch 5, 53340 Meckenheim

الإصدار: يوليو/تموز 2026

النسخة: 2.3.07.26

العنوان: steko7 / photocase.de الصور:

صفحة 2: Dominik Schwarz / photocase.de

صفحة 5: superdesign / photocase.de

يتم توفير هذه المعلومات مجاناً من قبل المعهد الاتحادي للصحة العامة (BIÖG).
لا يُسمح للمستلم أو لأي طرف ثالث بإعادة بيعها.

رقم الصنف: 33211322