

## Što učiniti ako imaš problem?

- Nemoj se sramiti zbog problema!
- Razgovaraj otvoreno s članovima svoje obitelji!

**Ako imaš osjećaj da gubiš kontrolu i imaš problem s kockanjem, potraži pomoć!**



## Gdje se javiti?

### Služba za mentalno zdravlje i prevenciju ovisnosti

Mladi do 25 godina mogu se javiti u  
Savjetovalište za mlade,  
Remetinečki gaj 14, Zagreb  
tel. 383 00 88

Stariji od 25 godina mogu se javiti u  
Odjel za prevenciju ovisnosti  
Mirogojska 11, Zagreb  
tel. 383 00 66, 299 13 56 i 299 13 76

Radno vrijeme:  
ponedjeljak, srijeda i petak  
8,00 do 16,00 sati  
utorak i četvrtak  
12,00 do 20,00 sati



NASTAVNI ZAVOD ZA  
JAVNO ZDRAVSTVO  
DR. ANDRIJA ŠTAMPAR


10000 Zagreb, Mirogojska cesta 16

[www.stampar.hr](http://www.stampar.hr)



NASTAVNI ZAVOD ZA  
JAVNO ZDRAVSTVO  
DR. ANDRIJA ŠTAMPAR

Služba za mentalno zdravlje  
i prevenciju ovisnosti



# Kockanje može postati ozbiljan problem

## Što znači imati problema s kockanjem?

To znači doživjeti gubitak kontrole nad kockanjem.

Na primjer:

- Kockati duže nego što se predviđa.
- Željati kockati kada znamo da bi trebali raditi druge stvari.
- Svakodnevno razmišljati o kockanju.
- Trošiti više novca nego što predviđamo.

**Kockanje radi izbjegavanja problema, kako bismo se osjećali važnima ili „živima“, može biti znak gubitka kontrole.**

## Problem s kockanjem imaju osobe

- koje su stalno zaokupljene mislima o kockanju;
- koje imaju potrebu stalno povećavati svoje uloge kako ne bi postalo dosadno;
- koje doživljavaju promjene raspoloženja i pod stresom su kada pokušavaju smanjiti ili potpuno prestati s kockanjem;
- koje kockaju kako bi zaboravile probleme ili pobjegle od njih;
- koje kockaju kako bi vratile izgubljeni novac;
- koje lažu o kockanju i skrivaju se;
- koje kockaju s novcem koji bi trebao koristiti u druge svrhe;
- koje za kockanje koriste posuđen ili ukraden novac;
- čiji prijatelji i obitelj primjećuju i komentiraju njihovo kockanje.

## Problemi s kockanjem mogu biti ozbiljni i dovesti do:

- novčanih problema;
- problema s roditeljima;
- problema u prijateljskim i ljubavnim odnosima;
- laganja, krađe i problema sa zakonom;
- depresivnog raspoloženja i anksioznosti;
- osjećaja nelagode pri pokušaju prestanka kockanja;
- poteškoća u školi;
- problema s očuvanjem radnog mjesta i posla;
- ovisnosti.

**Mnogi mladi počinju kockati iz zabave, ali nažalost neki od njih kasnije imaju ozbiljnih problema s tom ovisnošću.**

