

# Spielen: Vor- und Nachteile

Jetzt sind Sie an der Reihe! Nehmen Sie sich etwas Zeit und füllen Sie dieses Vierfelder-Schema in Ruhe aus. Denn dies soll Ihre **Entscheidungsgrundlage** sein, wie Sie zukünftig mit Ihrer Glücksspielteilnahme umgehen wollen.

Berücksichtigen Sie hierbei neben den **finanziellen Einschränkungen** auch die **Konsequenzen**, die das Spielen auf den Rest Ihres Lebens hat. Denken Sie außerdem daran, dass sich Ihre Glücksspielteilnahme nicht nur auf Sie, sondern möglicherweise auch **auf Ihre Familie und Ihre Partnerin/Ihren Partner** auswirkt.

Denken Sie allerdings auch an die **Nachteile**, die durch einen Spiel-Stopp für Sie entstehen! Trauen Sie sich, sie möglichst vollständig zu formulieren.

**Spiel-Stopp: Vorteile**

**Weiter spielen: Vorteile**

**Spiel-Stopp: Nachteile**

**Weiter spielen: Nachteile**

Welches Bild ergibt sich nun, nachdem Sie alles aufgeschrieben haben? Welche Felder sind am meisten, welche am wenigsten besetzt? **Überwiegen die Vorteile, mit dem Spielen aufzuhören? Oder haben die Nachteile ein stärkeres Gewicht?** Was bedeutet das für Sie?