

## Jesam li kompulzivni kockar?

1. Jeste li ikada izgubili radno ili školsko vrijeme zbog kockanja?
2. Čini li kockanje ikada Vaš obiteljski život nesretnim?
3. Utječe li kockanje na Vašu reputaciju?
4. Osjećate li ikada grižnju savjesti poslije kockanja?
5. Jeste li ikada kockali kako biste nabavili novac za plaćanje računa ili rješavanje drugih finansijskih poteškoća?
6. Je li kockanje uzrokovalo smanjenje Vaših ambicija ili efikasnosti?
7. Jeste li nakon gubitka osjećali kako se morate što prije vratiti kako biste možda osvojili ponovno izgubljeni novac?
8. Nakon pobjede, imate li čvrstu potrebu za povratkom i osvajanjem većeg dobitka?
9. Kockate li dok ne izgubite i posljednji novčić?
10. Jeste li se ikada posuđivali novac da biste kockali?
11. Jeste li ikada kockanjem financirali ili sredili bilo što?
12. Oklijevate li koristiti "kockarski novac" za normalne troškove?
13. Smanjuje li kockanje brigu ili čini dobrobit za Vas same ili Vašu obitelj?
14. Jeste li ikada kockali duže nego ste planirali?
15. Je li Vam ikada kockanje bijeg od briga ili nevolja?
16. Jeste li ikada pokušali ili planirali pokušati neki ilegalni akt kako biste financirali kockanje?
17. Uzrokuje li Vam kockanje poremećaje spavanja?
18. Doživljavate li svađe, razočaranja ili frustracije stvorene zbog Vaše potrebe za kockanjem?
19. Jeste li ikada imali potrebu slaviti dobru sreću za nekoliko sati kockanja?
20. Jeste li ikada imali plan o samo-destrukciji ili suicidu koji je bio rezultat Vašeg kockanja?

Većina kompulzivnih kockara odgovara s "da" na najmanje sedam od ovih pitanja.

## Živim li s kockarom?

1. Primjećujete li da često posuđujete novac ili skupljate neplaćene račune?
2. Da li Vaš partner provodi puno vremena izvan kuće, za što ne daje objašnjenja?
3. Troši li Vaš partner puno vremena za kockanje?
4. Osjećate li da ne možete vjerovati partneru u odnosu na novac?
5. Je li Vam partner više puta obećavao da će prestati kockati, plakao, preklinjao, tražio još jednu šansu i ponovno i ponovno kockao?
6. Kocka li osoba dugo, sve dok ne potroši i zadnji novčić?
7. Vraća li se osoba kockanju nakon ponovljenih dobitaka ili dobitaka?
8. Kocka li osoba kako bi riješila finansijske probleme ili ima nerealistična očekivanja o kockanju kao načinu brige za obiteljsko materijalno blagostanje?
9. Posuđuje li novac za kockanje i vraćanje dugova?
10. Je li Vaš partner koristio ilegalne načine kako bi nabavio novac za kockanje?
11. Je li Vaš partner ikada potrošio novac koji trebate za hranu, odjeću ili druge životne troškove?
12. Jeste li istraživali partnerov novčanik ili odjeću ne bi li pronašli čekove, tikete ili slične dokaze njegovih aktivnosti.
13. Troši li Vaš partner svoj ili Vaš novac?
14. Jeste li primijetili promjene osobnosti od kako je kockanje u progresiji?
15. Laže li Vaš partner konstantno i krije li svoje kockarske aktivnosti?
16. Koristi li Vaš partner sposobnost indukcije krivnje kao metode izazivanja Vaše odgovornosti za sebe i svoje kockarske probleme?
17. Jeste li pokušali pretpostaviti raspoloženje ili kontrolirati život svog partnera?
18. Pati li Vaš partner od depresije ili mrzovolje, je li si pokušao nauditi zbog kockanja?
19. Hoće li kockanje biti točka koja će slomiti obiteljsku zajednicu?
20. Osjećate li da Vam je život zajedno noćna mora?



## Baci kocku, Igraj na život!

“Ukoliko netko od Vas,  
članova Vaše obitelji ili  
Vaši poznanici imaju ovaj  
problem kontaktirajte  
brojeve: **063/355-561**  
**063/382-478**

Ovaj letak je pripremljen u sklopu **Projekta mentalnog zdravlja u BiH** koji financira Švicarska agencija za razvoj i suradnju (SDC).



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

# DSM-IV definira ovisnost o kocki ili

**patološko kockanje** kada je osoba kronično i uznapredovalo sve manje sposobna oduprijeti se impulsu za kockanjem te kao i kod problema ovisnosti o alkoholu dolazi do problema na osobnom planu, obiteljskih, zdravstvenih i radnih poteškoća.

Simptomi patološkog kockanja ogledaju se u:

1. zaokupljenosti kockanjem (pripričavanje prošlih kockarskih dogodovština ili natjecanja, planiranje budućih pothvata ili smišljanje načina kako da se dođe do novca za kockanje).
2. Potrebni su sve veći ulogi ili rizici kako bi se postigla željena razina uzbuđenja
3. Ulažu se opetovani naponi da se kontroliraju, smanje kockanje ili prestanu kockati
4. Javlja se nemir ili razdražljivost pri pokušaju smanjivanja ili prestanka kockanja
5. Kockanje se koristi kao način bijega od problema ili umanjivanja disforničnog raspoloženja
6. Nakon gubitka novca na kockanju, često se vraćaju slijedećeg dana kako bi ga nadoknadili
7. Lažu članovima obitelji, terapeutu ili drugima kako bi sakrili stupanj uvučeniosti u kockanje
8. Počinitelji su nezakonitih dijela kako što su krivotvorenje, prijevara, krađa ili pronevjera kako bi financirali kockanje
9. Ugrozili su ili izgubili važnu vezu, posao, obrazovnu mogućnost zbog kockanja
10. Oslanjaju se na druge radi nabavljanja novca kojim bi se olakšala očajna financijska situacija prouzročena kockanjem.

**Pet od deset tih kriterija mora postojati za postavljanje dijagnoze patološkog kockanja.**

Od 1% do 3% odraslih u općoj populaciji može se klasificirati kao patološki kockari.

Muški kockari brojčano nadmašuju žene u omjeru 2:1.

Većina pacijenata je u dobi između 35-54 godina, a čak 18-21% je u dobi iznad 55 godina.

Podaci govore da je upravo stopa patološkog kockanja u porastu među adolescentima. Neka istraživanja s pokazala višu stopu patološkog kockanja među studentima nego u općoj populaciji. Prema jednom novijem istraživanju, adolescenti koji su sami priznali svoju sklonost kockanju u anketi, vjerojatno će imati kockarske probleme i u kasnoj adolescenciji.

## Razlikujemo:

- **profesionalno kockanje** u kom je stega najvažnija, a rizici su ograničeni,
- **socijalni, društveni tip kockanja** koji traje ograničeno razdoblje uz predviđene i prihvatljive gubitke (85% populacije kockara)
- **problematično kockanje**, koje je kod osobe već izazvalo probleme u većim životnim područjima, uključujući odnose, bračni status, zaposlenje, financije ili zakonske probleme (5-6% opće populacije; 5-22% od ukupnog broja kockara)
- **patološko ili kompulzivno, kockanje**, ovisnost o kockanju (1% opće populacije, 7-26% od populacije kockara).
- Postoje kulturološke raznolikosti u prevalenciji i tipu kockanja (npr. pai go, borbe pijetlova, utrke konja, burza..).

## Što se događa oko nas?

Kocka u Mostaru i cijeloj zemlji uzima sve više maha i ostavlja sve više teških posljedica. Život mnogih pojedica sveo se na svakodnevno čekanje nekog dobitka, dok je istovremeno zaboravio obitelj, posao, prijatelje, te upao u dugove, kredite, ponore bez dna. Raspadaju se brakovi, radi izgubljenog povjerenja, laži, neimaštine, dugova. Djeca oboljevaju i pate od raznih poremećaja radi svađa roditelja ili raspada obitelji. Radi kocke propada pojedinac, obitelj, zajednica.

## Neki važni znaci kompulzivnog kockanja

- Gubitak radnog vremena na kockanje.
- Povećanje stresa u kući zbog kockanja.
- Kockanje je način nabave novca za plaćanje računa.
- Čvrsta potreba za povratkom kako bi što je prije moguće poslije gubitka novim dobitkom povratilo izgubljeno.
- Čvrsta potreba za povratkom kako bi što je prije moguće poslije dobitka dobili još više.
- Kockanje do posljednjeg novčića.
- Posuđivanje novca za više uloga u kockanju.
- Kockanje duže od planiranog vremena.
- Kockanje kao bijeg od briga i problema.
- Kockanje kao slavljenje dobre sreće.



## Gdje potražiti pomoć?

Grupa patoloških kockara je prva takve vrste u Bosni i Hercegovini. Vode je iskusna socijalna radnica i psiholog koji su educirani za ovu problematiku. Grupa djeluje pri Zajednici klubova liječenih alkoholičara „Dr. Vladimir Hudolin“ Mostar. Zajednica usko surađuje sa Centrom za mentalno zdravlje u kojem radi multidisciplinarni tim.

Sastanci grupe patoloških ovisnika o kocki se održavaju petkom, sastanci su anonimni i dobrovoljni. Osnovni zadatak sastanaka jest uspostavljanje i očuvanje apstinencije vlastitih članova, resocijalizacija i pomoć drugim osobama koji imaju isti problem. Sastanci se vode na terapijskim postavkama grupnog rada i obiteljskog pristupa.

**Zajednica klubova liječenih alkoholičara  
"Dr. Vladimir Hudolin" Mostar**

Splitska 34, 88000 Mostar, BiH

e-mail [zajednica.dr.vladimirhudolin@gmail.com](mailto:zajednica.dr.vladimirhudolin@gmail.com)