

## Guide de préparation à la première rencontre

Les questions suivantes peuvent vous aider à vous préparer à votre rencontre avec l'intervenant.

1. À quoi je joue, à quel jeu suis-je dépendant?

---

---

---

2. Depuis combien de temps je joue et depuis combien de temps est-ce problématique dans ma vie?

---

---

---

3. Ai-je connu des périodes de réduction ou d'arrêt de jeu? Si oui, quand et combien de temps environ?

---

---

---

4. Quelles sont les démarches que j'ai faites pour diminuer ou cesser mon comportement de jeu (thérapie, mouvement anonyme comme GA, restreindre l'accès à l'argent, parler de mon problème à mon entourage, etc.)?

---

---

---

5. Quelles sont les situations à risque qui peuvent m'amener à jouer?

---

---

---

6. Qui sont les personnes ou les ressources qui peuvent m'aider dans la démarche que j'entreprends?

---

---

---

7. Quelles sont mes attentes quant au suivi, quant à l'intervenant?

---

---

---