

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?