

Exercice 3 - Les conséquences

Objectif

Réfléchir aux conséquences du jeu dans ma vie.

Instructions

Cocher dans le tableau suivant les conséquences associées au jeu actuellement dans votre vie.

CONSÉQUENCES	
ASPECT FINANCIER	dettes loyer/hypothèque non payé emprunts secrets chèques sans fonds / NSF autre : _____
ASPECT LÉGAL	vol fraude poursuivi par des créanciers autre : _____
SANTÉ PHYSIQUE	difficulté à dormir haute pression ulcères / douleurs à l'estomac perte de poids autre : _____
BIEN-ÊTRE PSYCHOLOGIQUE	dépression colère / impatience frustration pensées suicidaires autre : _____
TRAVAIL / ÉCOLE	retards absences perte de productivité congédiement / suspension autre : _____
VIE SOCIALE	isolement conflits pas d'argent pour faire des activités amitié / amour brisé autre : _____