A volte l'indecisione nel compiere una scelta dipende
dal non essersi mai concessi il tempo per riflettere ;
presi dall'esperienza del gioco, si arriva a pensare
di doverlo abbandonare solo dopo qualche esperienza andata male…

Ti propongo una "riflessione" nella quale prenderti il tempo necessario per fare le tue valutazioni.

Stampa questo foglio tienilo con te e scrivi, man mano, nel lato sinistro tutti i vantaggi e i punti di forza che hai incontrato con la pratica del gioco d'azzardo. Nel lato destro della pagina segna gli aspetti di criticità, gli svantaggi.

Cerca di essere molto onesto con te stesso, attento a ciò che realmente provi, senza giudizio!

. **VANTAGGI**		**SVANTAGGI**	
……..……	…..	……..……	…..
……..……	…..	……..……	…..
……..……	…..	……..……	…..
……..……	…..	……..……	…..
……..……	…..	……..……	…..
……..……	…..	……..……	…..
……..……	…..	……..……	…..
……..……	…..	……..……	…..
……..……	…..	……..……	…..
……..……	…..	……..……	…..
TOTALI			

Ora attribuisci ad ogni elemento che hai indicato, sia sul lato destro che su quello sinistro, un valore numerico in una scala da 1 a 5 (1 per un aspetto che per te ha poco valore, 2 per uno che incomincia ad acquisire una certa importanza e così via, fino a 5 per un elemento che per te è molto importante).

Alla dine, fai la somma dei valori numerici di ciascuna colonna e vedi da che parte pende la bilancia della tua decisione.

La consapevolezza di sapere dove si è rispetto alle
proprie scelte è importante ma a volte non sufficiente.

Confrontati con chi ci è passato e lo ha fatto !
Ascolta le testimonianze !