¿Cómo te sientes después de una victoria? ¿Y después de una derrota?

Completa la frase: “Cuando juego, me siento...”

¿Juegas más cuando estás feliz, triste, ansioso/a... o en otros estados?

¿Qué emociones sientes cuando piensas en dejar de jugar por un tiempo?

¿Cuál fue la emoción más intensa que sentiste mientras jugabas?

¿Te sientes más solo/a o más conectado/a con los demás cuando juegas?

¿Juegas más en ciertos momentos del día o de la semana? ¿Existe algún patrón emocional asociado a esto?

¿Hay alguna emoción que evites sentir? ¿Crees que los juegos ayudan a aliviarla?

¿Has sentido que podrías tener un problema con el juego?

¿Te han criticado por tus apuestas o te han dicho que tienes un problema con el juego, aunque tú no lo hayas considerado cierto?

¿Te has sentido culpable por tu forma de jugar o por lo que sucede cuando juegas?

¿Alguna vez has sentido que te gustaría dejar de apostar dinero, pero pensaste que no podrías?

¿Alguna vez has discutido con personas que viven contigo sobre cómo manejas el dinero?

Cuando imaginas un futuro sin juegos de azar, ¿qué es lo primero que sientes?

Si tus emociones fueran un informe meteorológico, ¿qué condiciones señalarían una “tormenta de juego”?

¿Alguna vez has pensado en hacerte daño o quitarte la vida a causa del juego?

Si juego una vez más, repararé el daño. ¿Con qué frecuencia haces estos acuerdos contigo mismo?

Imagina que aceptas plenamente las pérdidas y las dejas ir. ¿Cómo sería tu vida sin ese peso?

Si realizaras un ritual de “despedida” por tu dinero y oportunidades perdidas, ¿en qué consistiría?

¿Sientes que construyes todo tu día en torno al juego?

¿Sientes que necesitas apostar cantidades cada vez mayores de dinero para lograr la emoción deseada?

¿Sientes que sueles jugar cuando te sientes angustiado?

¿Ha mentido para ocultar tu grado de implicación con el juego?

¿Sientes que dependes de que otros te proporcionen dinero para aliviar tu desesperada situación financiera causada por el juego?

¿Te sientes inquieto/a o irritable cuando intentas reducir o dejar de jugar?

¿Has notado que tus familiares han empezado a cambiar su comportamiento contigo? ¿Qué mensaje crees que intentan transmitir?

¿En qué relaciones o actividades dedicarías el tiempo que ahora dedicas al juego?

¿Cómo lo celebras cuando ganas una apuesta?

¿Qué sensaciones físicas notas cuando sientes la necesidad de jugar?

¿Cómo cambian tus emociones cuando hablas sobre el juego con alguien en quien confías?

¿Cómo te calmas cuando te sientes abrumado/a por el estrés relacionado con el juego?

¿Cómo manejas las situaciones en las que hay juegos de azar a tu alrededor, pero decides no participar?

¿Alguna vez has jugado a juegos para escapar de emociones o pensamientos difíciles? ¿Cuáles?