



KUMARDA AĞIR KAYIP

GENÇLERE YÖNELİK KUMAR BAĞIMLILIĞI HAKKINDA BİLGİLER



Bundesinstitut für
Öffentliche Gesundheit

CHECK
DEIN
SPIEL



HER ŞEY
KONTROLÜN
ALTINDA MI?
EMİN MİSİN?

BİLDİKLERİNİ KONTROL ET

Düşünmeden cevap ver:

1

16 yaşındakilerin bir restoranda slot makinesinde oynamasına izin veriliyor mu?

2

Almanya'da herkes kumar oynatabilir mi?

3

Loto (6/49 ya da Süper 6) kumar mı yoksa bir çekiliş mi?

4

Spor hakkında bilgili olmak spor bahislerinde kazanma şansını artırır mı?

5

Poker bir spor türü mü yoksa kumar mı?

6

Büyük bir ana ikramiye durumunda kazanma şansı daha mı yüksektir?

7

Bağımlılık danışma noktaları yalnızca bağımlı insanlar için midir?

8

Bilgisayar oyunları bağımlılık yapabilir mi?

Çözümleri 12. sayfada bulabilirsin

BU ARADA ...

Slot makineleri halka açık restoranlarda kurulu olmasına rağmen:
18 yaşından küçüklerin kullanması yasal açıdan yasaktır.

SINIRLARI BİLİYOR MUSUN?

Çoğu insanın kumarla ilgili bir problemi yoktur. Ancak ne kadar sık oynanırsa tehlike o kadar büyür. Bazıları artık duramaz hale gelir. Kaybedilen parayı geri kazanma umuduyla sürekli oynamaya devam ederler. Karşılayabileceklerinden daha fazla para yatırırlar. Kumar bağımlısı olurlar.



GİZLİ HİLELER

Birçok kumar oyunu gizli hileler kullanır. Böylece oyunu bırakmak daha da zorlaşır. Örneğin ...

ŞİMDİ YA DA ASLA?!

Çoğu zaman oyun hızlı karar vermeye zorlar ve bu nedenle risk artar. Bu kasıtlıdır, örneğin slot makinesinde ya da rulette. Böylece ipin ucu hızlıca kaçırılabilir ve tabii cüzdanının kontrolünü de.

GÖRÜNEN KONTROL

Örneğin otomat oyunlarındaki başlat-durdur tuşları. Bir hileden başka bir şey değil. Gerçekte kumar olduğu gibi kalır: Şans meselesi.

KEŞKE: NEREDEYSE KAZANIYORDUM İFADELERİ

Şu cümlelere hepimiz aşinayızdır: Otomattaki tek bir gösterge keşke farklı olsaydı, ... ruletteki top keşke bir alan daha ileride olsaydı, Bir sonraki galibiyetin elle tutulacak kadar yakın olduğu izlenimi oynamaya devam etmek için motive eder. Bir yanılgı.

GİZLİ PARA KULLANIMI

Elinizde fiziksel para olmadığı için aslında ne kadar para yatırdığınızı fark etmiyorsunuz. Ancak bu oyun parasıyla alakalı değil. Jetonlar ya da sanal puanlar onları almak için ödediğiniz para kadar pahalıdır

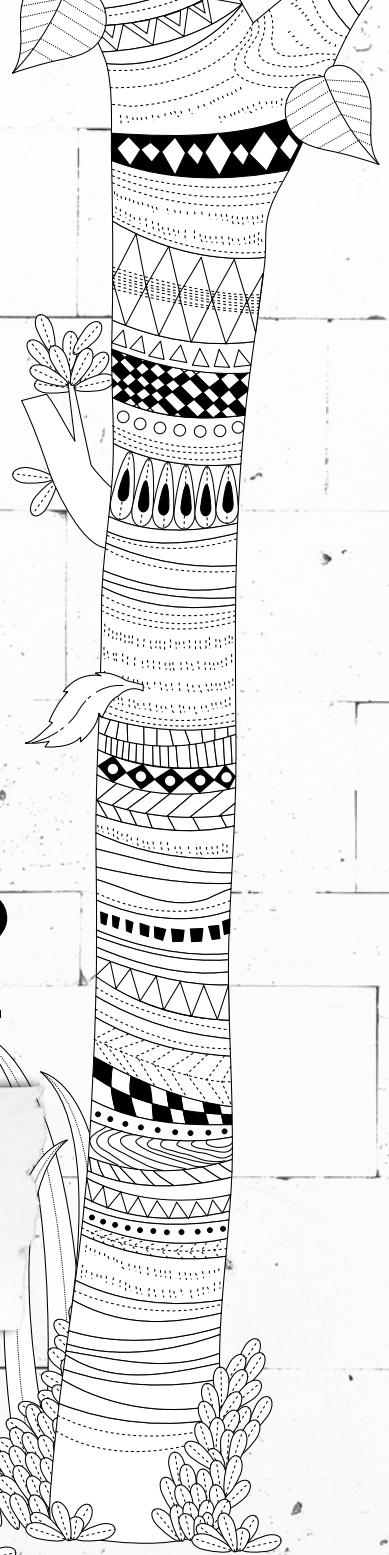
BU ARADA ...

Birçok kişi kumardan para kazanıyor: Otomat işletmecileri, kumar salonu sahipleri, bahis büroları ve hatta belediyeler ve devlet bile. Bunu sadece oyuncular ödüyor. Ne kadar oynarlarsa kayıp o kadar kesin olur. Ne zaman bırakacağına yalnızca sen karar verirsin.



HER ŞEY SADECE BİR OYUN MU?

BAĞIMLI MIYIM?
HAYIR YA, DEĞİL Mİ?



NEREDESİN?

1

ÖNCELİKLE BAŞLAMAK KOLAYDIR ...

Oynamak tabii ki eğlencelidir. Kumar da öyle. Ama önemli bir fark var. Kumarda söz konusu paradır. Ve para için oynayanlar kesinlikle kazanmak ister. Her ne pahasına olursa olsun. İşte problem tam da burada başlıyor.

2

... DAHA SONRA TEHLİKELİ OLMAYA BAŞLAR ...

Kazanmak istediğin için daha çok para yatırırısın. Daha sık oynarsın. Kaybettiğinde kaybettiğini geri almak istersin. Ancak işler bu şekilde yürümüyor.

3

... VE SONUNDA KUMAR BİR BAĞIMLILIĞA DÖNÜŞÜR.

Karşılayabileceğinden fazlasını harcarsan kapana kısılırısın. Kontrol kaybı başlar. Önemli olan tek şey oyundur, başka hiçbir şey değil. Arkadaşlar, aile, eğitim, kariyer... Hiç birinin önemi yok. Başkalarından para alıp borçlanırsın. İşte kumar bağımlılığı. Ama bu durumda bile yardım alabilirsin.

BU ARADA ...

Sayfa 7'deki testi çöz ve hâlâ her şeyin yolunda olup olmadığını ya da yardıma ihtiyacın olup olmadığını öğren. Nereden yardım alabileceğini sayfa 11'de öğrenebilirsin.

KIRMIZI ALARM!

Kumar bağımlılığı yavaş gelişir.
Neredeyse hiç fark edilmez.

KRİTİK EŞİK U DURUMLARDA AŞILIR ...

- Artık oynamayı bırakamıyorsan.
- Yanındaki bütün parayı kumarda harcadıysan.
- Sürekli oynamayı ve oyununu nasıl geliştirebileceğini düşünüyorsan.
- Devamlı oynama zorunluluğu hissediyorsan.
- Para almak için başka insanları da yanında sürüklüyorsan.

OYUNUNU KONTROL ET

Hâlâ her şey yolunda mı? Dürüst ol.

Evet Hayır

1

Bazen kumara karşılayabileceğinden fazla para yatırıyor musun?

☐ ☐

2

Daha az oynamaya çalışıyorsun ama işe yaramıyor mu?

☐ ☐

3

Daha az oynadığında ya da hiç oynamadığında kendini rahatsız ya da huzursuz hissediyor musun?

☐ ☐

4

Arkadaşların ya da aile üyeleri kumar oynadığın için sen eleştiriyor mu?

☐ ☐

5

Kumar oynadığında kendini suçlu hissediyor musun?

☐ ☐

6

Oynamaya devam ederek kaybettiğin parayı geri kazanmaya çalışıyor musun?

☐ ☐

7

Kumar oynayabilmek için bazen borç para alıyor musun?

☐ ☐

8

Kumar amacıyla paraya ulaşmak için yasalara aykırı davranıyor musun?

☐ ☐

9

Kumar borcunu ödemek için başka insanlardan para istiyor musun?

☐ ☐

DEĞERLENDİRME

Her bir "Evet" cevabı bir şeylerin doğru olmadığına bir göstergesidir. Cevaplarını ciddiye al. "Evet" kısmını ne kadar fazla işaretlediysen kumar davranışın o kadar problemlidir.

KONTROL KİMDE? **SADECE SENDE!**

Kumar bağımlılığından kurtulmanın yollarından biri:
Başka eğlenceler bul. Örneğin spor yap ya da arkadaş-
larınla vakit geçir. Veya ilgini çeken ya da seni ilgilen-
diren şeylere yönel. O zaman başkalarıyla birlikte bir
şeyleri değiştirebilirsin. Güç veren çok şey var. Kumarın
ne zaman biteceğine sen karar verirsin.

AYRICA: KANUNDA BÖYLE YER ALIYOR

Kanun 18 yaş altı gençleri koruyor. Kumar oynamaları yasak. Kumarhanelere ve kumar salonlarına girmeleri yasak.

Gençlerin oynamasına izin veren kumar hizmeti sunanlar da cezalandırılır. Bu, tüm eyaletlerin imzaladığı Gençliği Koruma Yasası ve Ulusal Kumar Antlaşması'nda (GlüStV 21) düzenlenmiştir.

YENİ ULUSAL KUMAR ANTLAŞMASI 2021 – KESİNLİKLE BİLMEN GEREKENLER NELER?

Almanya'da kumar piyasası tüm eyaletlerin imzaladığı Ulusal Kumar Antlaşması ile düzenlenir. Yeni Ulusal Kumar Antlaşması (GlüStV 2021) 01.07.2021 tarihinden beri yürürlükte olup Almanya'da kumarın, internettekiler de dahil, yalnızca devlet izni (ruhsat) olması durumunda yasal olduğunu şart koşar. Ancak her kumar hizmeti sunan bu izne sahip değil. Bu yüzden her zaman lisanslı bir kumar noktasında oynadığından emin ol. Ancak bu şekilde yasal kumar mümkün olup gençlerin yanı sıra oyuncuların korunması sağlanır. Lisanslı sunucuları şu adreste yer alan ortak bir resmi listede (White List) bulabilirsin:

www.gluecksspiel-behoerde.de/de/fuer-spielende/uebersicht-erlaubter-anbieter-whitelist. Bu liste her ay güncellenir.

Fazla ve belki de aşırı bahis oynayan herkes, kendinin “oyuncu engeli” ile kolayca engellenmesini sağlayabilir. Bundan faydalanmak istediğinde kumar hizmeti sunanların web sitesine ya da Darmstadt Bölge Konseyi'ne başvurabilirsin (<https://rp-darmstadt.hessen.de/sicherheit-und-kommunales/gluecksspiel/spiersperrsystem-oasis>). Burada engellenmeni sağladığında bu kendi kendini engelleme en az üç ay olmak üzere çoğu zaman bir yıl geçerlidir.

Online kumar için ayrıca şunlar da geçerlidir: Kumar sağlayıcısının internet sitesindeki “Acil durum butonunu” kullanabilirsin. Böylece herhangi bir başvuru doldurmadan kısa süreliğine kendi kendini engelleyebilirsin. Engel 24 saat sonra otomatik olarak sona erer.

Ayrıca artık online kumara kendi parandan ayda yalnızca 1.000 Avro'ya kadar harcama yapabilirsin. Lütfen dikkat et: Ayda 1.000 Avro çok para. Yılda parandan 12.000 Avro online kumara gidebilir. Bunu istiyor musun?

Birkaç istisna dışında internette paralel kumar oynanmaya izin verilmez. Online kumar hizmetini değiştirdiğinde 5 dakikalık bir oynama arası gereklidir.



KİME SORABİLİRSİN?

Çok basit. Neticede yalnız değilsin ve bu konuyu çok iyi bilen kişiler var. Neden olmasın ki? Sonuçta uzmanlarla konuşmak her zaman iyidir.

FEDERAL HALK SAĞLIĞI ENSTİTÜSÜ (BIÖG) DANIŞMA HATTI: 0800-1 37 27 00

Ücretsiz kişisel danışma, isteğe göre anonim. Kumar bağımlılığı hakkında bilgiler. Pazartesi – Perşembe Saat 10–22; Cuma–Pazar Saat 10–18.

WWW.CHECK-DEIN-SPIEL.DE

Detaylı kendi kendine test, online bırakma programı ve danışma noktalarının adresleriyle birlikte büyük bir bilgi ve yardım portalı.

DANIŞMA NOKTALARI

Her büyük şehirde bağımlılık danışma noktaları bulunur. Seni kişisel ve isteğe göre anonim olarak ücretsiz bilgilendirir ve sana yardım ederler. Yakınındaki danışma noktalarını www.check-dein-spiel.de ya da <https://www.bioeg.de/>.

NUMMER GEGEN KUMMER (HER DERDE DEVA HATTI): 11 6 111

Çocuk ve genç hattı. Ücretsiz anonim danışma. Pazartesi ile Cumartesi Saat 14–20. E-posta ile danışma için: www.nummergegenkummer.de. Gençler gençlere danışıyor: Cumartesi Saat 14–20, aynı numara.

TELEFONSEELSORGE (TELEFONLA PSİKOLOJİK DANIŞMA): 0800-111 0 111

Gün boyu ücretsiz ve anonim danışma. E-posta ile görüşme ya da sohbet etmek için: www.telefonseelsorge.de. Diğer numaralar: **0800-111 0 222**.

FAYDALI LİNKLER

Kumar bağımlılığı örgütü kayıtlı derneği (Fachverband Glücksspielsucht e.V.): www.gluecksspielsucht.de. Kumar bağımlılığı örgütü kayıtlı derneğin internet forumu (Internetforum vom Fachverband Glücksspielsucht e.V.): www.forum-gluecksspielsucht.de. Bilgisayar oyunları ve internet bağımlılığı hakkında bilgiler: www.ins-netz-gehen.de.

BU ARADA ...

Danışma sırasında adını vermek zorunda değilsin. Yani anonim kalabilirsin..

UZMANLARIN CEVAPLARI

1

Hayır. Tüm kumar oyunları ancak 18 yaşından itibaren oynanabilir.

2

Hayır. Ancak resmi izin olduğu sürece kumar oyunları hizmeti sunulabilir.

3

Loto bir kumar oyunudur. Para gerektirir. Çekiliş gibi ödüllü yarışmalar başka bir şeydir. Buralarda katılım çoğunlukla ücretsizdir.

4

Hayır. Bilgi, sunulan bahisleri daha iyi tahmin etmeye yardımcı olabilir. Ancak spor bahisleri en nihayetinde kumar oyunlarıdır. Sadece bir kazananın vardır: Bahisleri sunan kişi.

5

Hayır. Blöf: Poker tamamen bir kumar oyunudur.

6

Hayır. Büyük ikramiye'nin çok yüksek olması kazanma şansının arttığı anlamına gelmez. Örneğin: Süper sayılı "6/49" lotoda kazanma şansı 140 milyonda birdir.

7

Hayır. Bağımlılık danışma noktaları başvuran herkese bilgi ve tavsiye verir. Örneğin bir arkadaşının kumar problemi olduğundan şüpheleniyor ya da kendini kumar bağımlılığına karşı en iyi nasıl koruyabileceğini bilmek istiyorsan buraya başvurabilirsin. Her büyük şehirde danışma noktaları bulunur. Bu teklif ücretsizdir ve isteğe bağlı olarak anonimdir, yani isim vermek zorunluluğu yoktur.

8

Evet. Özellikle "World of Warcraft" gibi online rol oyunlarında büyük bir bağımlılık tehlikesi vardır. Bunlar klasik kumar oyunu olmasa bile işletmeciler burada da katılımcıların parasını cüzdanlarından nasıl alacaklarını biliyorlar.



Bundesinstitut für
Öffentliche Gesundheit

**CHECK
DEIN
SPIEL**



Künye

Yayımcı: Federal Halk Sağlığı Enstitüsü (BIÖG), Köln.
Tüm hakları saklıdır.

Proje yöneticisi: Michaela Goecke, BIÖG, Köln

Konsept, metin ve tasarım: Stephanie Eckhardt, BIÖG, Köln
em-faktor | Die Social Profit Agentur, Stuttgart

Baskı: Bu medya çevreye duyarlı bir şekilde üretilmiştir.
Warlich Druck Meckenheim GmbH,
Am Hambuch 5, 53340 Meckenheim

Güncelleme: Nisan 2022

Yayım: 5.4.11.25

ürün numarası: 33211343

Bilder: Başlık: iStock.com / Bimbimkha007
S. 2: iStock.com / Palomita222
S. 4: iStock.com / KUO CHUN HUNG
S. 10: iStock.com / mishkom / CurlyBeard
Leke grafikleri: Made by Christophe Féray

Başka ilgili kişileri de Federal Halk Sağlığı Enstitüsü (BIÖG) yardım teklifleri hakkında bilgilendirin.

Bu broşürleri dağıtmak istiyorsan bizden birkaç kopya istemen yeterli.

KUMAR BAĞIMLILIĞI HAKKINDA BİLGİLER

FEDERAL HALK SAĞLIĞI ENSTİTÜSÜ (BİÖG) DANIŞMA HATTI: 0800-1 37 27 00

Ücretsiz kişisel danışma, isteğe göre anonim.

Kumar bağımlılığı hakkında bilgiler.

Pazartesi – Perşembe Saat 10–22, Cuma–Pazar Saat 10–18.

WWW.CHECK-DEIN-SPIEL.DE

Detaylı kendi kendine test, online bırakma programı ve danışma noktalarının adresleriyle birlikte büyük bir bilgi ve yardım portalı.

Bilgi dağıtımını sağlayan:

Bu bilgi, Federal Halk Sağlığı Enstitüsü (BİÖG) tarafından ücretsiz sunulur. Alıcı veya üçüncü kişiler tarafından satılması için öngörülmemiştir.