

कनेडिअन परोबलम गेम्बलिन्ग इन्डेक्स सक्षिप्त विवरण

लगभग १२ महीने पहले का सोचे :

- १) क्या कभी आपने अपने सचमुच हारने की क्षमता से अधिक शर्त लगाई है ?
 कभी नहीं कभी कभी अक्सर लगभग हमेशा
- २) अब भी पिछले १२ महीने के बारे में सोचे, क्या कभी आपको आवश्यकता पड़ी है की आप ज्यादा से ज्यादा पैसों का जुआ खेल कर अधिक मजा या खुशी ले ?
 कभी नहीं कभी कभी अक्सर लगभग हमेशा
- ३) जब आप जुआ खेलते हैं, तो क्या कभी अपने हारे हुए पैसे वापिस जीत कर लाने की कोशिश में अगले दिन खेलने गए हैं ?
 कभी नहीं कभी कभी अक्सर लगभग हमेशा
- ४) क्या जुआ खेलने के पैसे के लिए आपने कभी करज या कोई चीज बेची है ?
 कभी नहीं कभी कभी अक्सर लगभग हमेशा
- ५) क्या आपको एहसास हुआ है की जुए के साथ आपको परेशानी हो सकती है ?
 कभी नहीं कभी कभी अक्सर लगभग हमेशा
- ६) क्या जुए के कारण आपके स्वास्थ्य सम्बन्धी परेशानी, साथ ही साथ दबाव या घबराहट हुई?
 कभी नहीं कभी कभी अक्सर लगभग हमेशा
- ७) क्या लोग आपके शर्त लगाने की आदत की आलोचना या आपको बताते हैं की जुआ एक परेशानी है, जबकी आप माने या सोचे की यह सच नहीं है ?
 कभी नहीं कभी कभी अक्सर लगभग हमेशा
- ८) क्या जुए के कारण आपको या आपके परिवार को किसी भी तरह की पैसे की दिक्कत आई है?
 कभी नहीं कभी कभी अक्सर लगभग हमेशा
- ९) जिस वक्त आप जुआ खेलते हैं क्या आप खुद को दोषी महसूस करते हैं या क्या होता है जब आप जुआ खेलते हैं ?
 कभी नहीं कभी कभी अक्सर लगभग हमेशा

सी. पी. आई. जी. के लिए गणना विधि

अनुसन्धान की बजाए रोगशय्या सम्बन्धि प्रयोग के लिए परिवर्तित

निम्नलिखित प्रत्येक जवाब के लिए गणना करें :

- कभी नहीं = ०
- कभी कभी = १
- अक्सर = २
- लगभग हमेशा = ३

नौ विषयों के लिए संक्षेप गणना, और परिणाम की व्याख्या निम्न है :

- ० = कोई समस्या नहीं
- १-२ = कम खतरा
- ३-७ = खतरा
- ८+ (२१ के अधिकतम) = जुए की समस्या

खतरे के स्तर का निष्पक्ष अनुमान लगाने के लिए, यह गणना बिना किसी आगामी अभियोग के प्रयोग में लाई जा सकती है। हालांकि, यदि व्यक्तिगत जुए का स्तर तथा वेदनिय कारण ज्ञात हो, ऐसी जानकारी गणना के अनुमान लगाने में सहायक हो सकती है।

जुए की कोई समस्या ना हो : सी. पी. आई. जी. पर गणना ० है

इस गणना का तात्पर्य है की व्यक्तिगत तौर पर जुए के कोई रिनात्मक परिणाम नहीं दिखाई देते हैं। ऐसे व्यक्तियों को जुए की लत निम्न स्तर पर या बिल्कुल भी नहीं हो सकती, या ये व्यक्ति केवल समाजिक स्तर पर ही जुआ खेलते हैं।

निम्न खतरे का जुआ : सी. पी. आई. जी. पर गणना १ या २ है

इस गणना का तात्पर्य है की व्यक्तिगत तौर पर शायद जुए का स्तर व्यक्ति को किसी रिनात्मक परिणाम की तरफ नहीं ले जा रहा है। परन्तु, यदि व्यक्ति लगातार जुआ खेलता है या निम्नलिखित में से कोई दो वेदनिय या कमजोरी के कारण हो, यह गणना जुए के जोखिम होने का निश्चित इशारा करती है।

मध्यम खतरे का जुआ

इस गणना का तात्पर्य है की व्यक्तिगत तौर पर शायद जुए का स्तर व्यक्ति को किसी रिनात्मक परिणाम की तरफ नहीं ले जा रहा है या नहीं भी। यह गणना जुए के जोखिम होने का निश्चित इशारा करती है, खासतौर पर तब जब व्यक्ति लगातार जुआ खेलता है या निम्नलिखित में से कोई तीन या चार वेदनिय या कमजोरी के कारण व्यक्ति में हो।

जुए की समस्या

इस गणना का तात्पर्य है की व्यक्तिगत तौर पर जुए का स्तर व्यक्ति को किसी रिनात्मक परिणाम की तरफ ले जा रहा है। वे अपने जुए की लत में अपना नियन्त्रण खो सकते हैं। जितने ज्यादा गणना के स्तर होंगे, व्यक्ति अधिक जुआ खेलेगा, तथा जितने वेदनिय या कमजोरी के कारण होंगे, समस्या भी अधिक गम्भीर होगी। इन व्यक्तियों के जुए के परिणाम तथा लत से आवगत होने की सलाह दे।

कमजोरी या वेदनियता के कुछ कारण

- जुए में अनुचित जीत होने की गलत धारना होना।
- व्यक्ति के पिछले जुए के इतिहास में कोई बड़ी या शानदार जीत का होना।
- व्यक्ति के इतिहास में नशा, शराब, जुआ या अधिक खर्च की समस्या का होना।
- परिवार के इतिहास में नशा, शराब, जुआ या अधिक खर्च की समस्या का होना।
- इतिहास में दिमागी समस्या, खासतौर पर दबाव, विशाद या सदमा हो।
- अकेलापन, स्थायी थकवट या फुरसत की क्रियाओं की कमी होना।
- रिनात्मक भावनाओं या घटनाओं से भागने या बचने के लिए जुआ खेलना।
- आवेगशील व्यवहार की ओर झुकाव होना।
- धन सम्बन्धि समस्याएँ।^{हर्षित}