

Control del Juego o de los Impulsos de Jugar

Fecha	Hora	Tipo	Donde	Con Quien	Humor	¿Jugó?	Tiempo Gastado	Cantidad Ganada/Perdida

Comentarios:

Consecuencias en caso de haber jugado:

Estrategias tomadas en caso de no haber jugado:

Fecha	Hora	Tipo	Donde	Con Quien	Humor	¿Jugó?	Tiempo Gastado	Cantidad Ganada/Perdida

Comentarios:

Consecuencias en caso de haber jugado:

Estrategias tomadas en caso de no haber jugado:

Fecha	Hora	Tipo	Donde	Con Quien	Humor	¿Jugó?	Tiempo Gastado	Cantidad Ganada/Perdida

Comentarios:

Consecuencias en caso de haber jugado:

Estrategias tomadas en caso de no haber jugado:

Fuentes: Nina Littman-Sharp, Servicio para el Problema con el Juego, Centro para la Adicción y Salud Mental