

Самоспостереження за азартною грою або потягом до гри

День	Час	Тип	Де	З ким	Настрій	Грав(ла)?	Витрачений час	Всього Виграв(ла) /програв(ла)

Коментар: _____

Послідовність гри, якщо грав(ла) _____

Стратегії подолання, якщо не грав (ла) _____

День	Час	Тип	Де	З ким	Настрій	Грав(ла)?	Витрачений час	Всього Виграв(ла) /програв(ла)

Коментар: _____

Послідовність гри, якщо грав(ла) _____

Стратегії подолання, якщо не грав (ла) _____

День	Час	Тип	Де	З ким	Настрій	Грав(ла)?	Витрачений час	Всього Виграв(ла) /програв(ла)

Коментар: _____

Послідовність гри, якщо грав(ла) _____

Стратегії подолання, якщо не грав (ла) _____