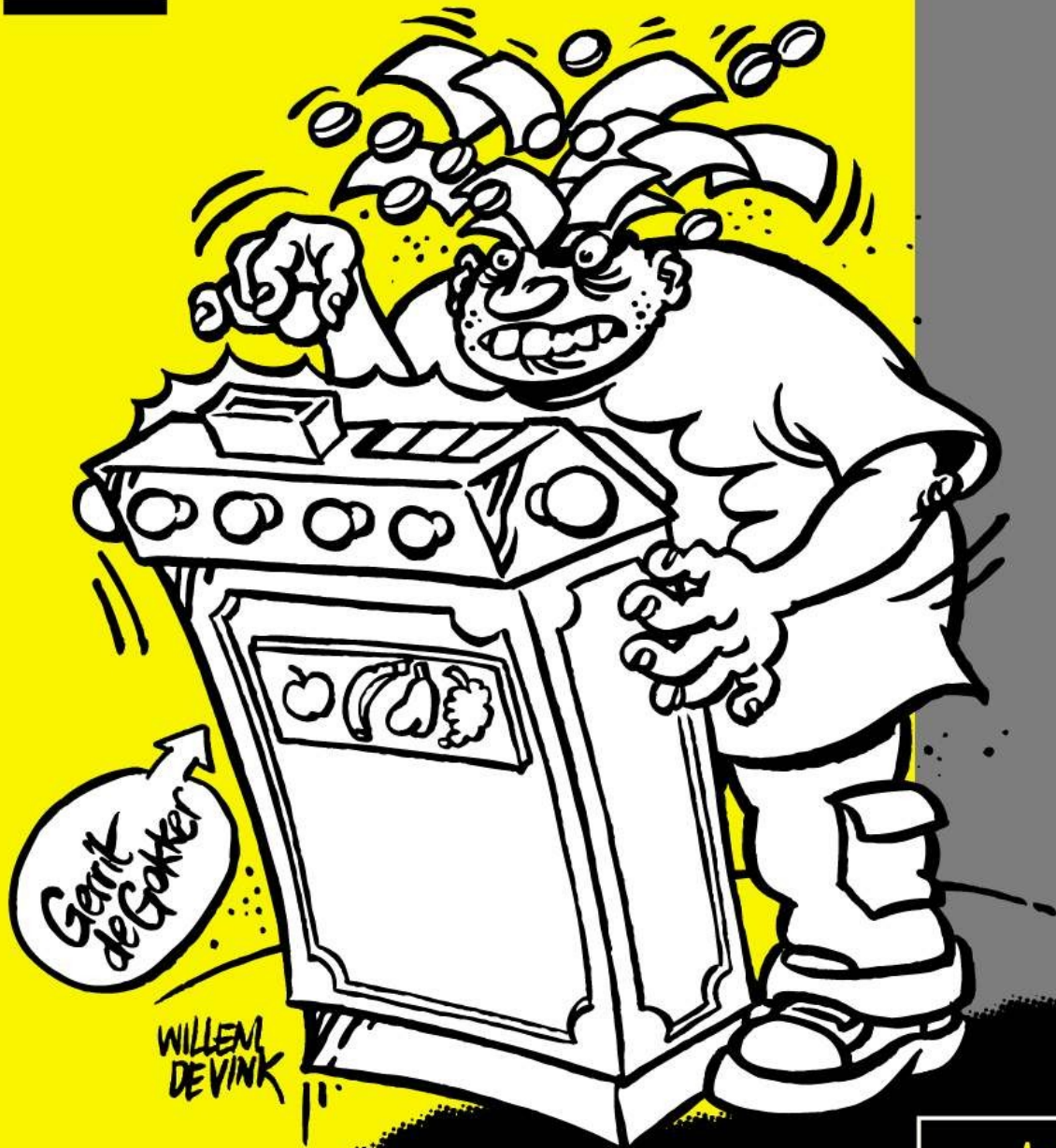


VOORKOMEN IS OOK JE HERSENS GEBRUIKEN!



WWW.VOORKOM.NL

Stichting Voorkom!
Alcohol-, Drugs- en Gokpreventie
Postbus 91 • 3990 DB Houten • Telefoon (030) 637 31 44



LESBRIEF OVER GOKKEN

Lesbrief over gokken



INHOUDSOPGAVE

	pagina
Inleiding	2
Wat is gokken?	2
Oorsprong van het gokken	3
Toename van gokmogelijkheden	3
Jong geleerd, jong verslaafd	4
Wet op de kansspelen	5
De gokkast	6
Op weg naar verslaving	7
Mythes	7
De winnende fase	8
De verliezende fase	8
De wanhopige fase	8
Kenmerken van een beginnende gokker	8
De ontwenning	9
Gokken gaat ten koste van school en werk	9
Oorzaken en gevolgen	10
Test jezelf	11
Hulp nodig?	12
En nu verder...?	13

Colofon:

Deze lesbrief hoort bij het gokpreventieproject dat wordt uitgevoerd door de Stichting Voorkom! op scholen. Tevens worden in buurthuizen en kerken informatieavonden georganiseerd.

De lesbrief is ontwikkeld door Stichting Voorkom! te Houten.

© 2008 Stichting Voorkom!
Preventieve voorlichting over alcohol, drugs, gokken, roken en internet vanuit een christelijke levensvisie.





KENNISMAKING MET ... **GOKKEN**



INLEIDING

Deze lesbrief gaat over gokken en gokverslaving. Gokken was het snelst groeiende verslavingsprobleem van de jaren 90.

Jaartal	Aantal hulpzoekenden	Aantal verslaafden
Tot 1985	20 per jaar	5.000
1987	800	
1995	6.300	75.000
1997	5.100	
2000	4.300	75.000
2006	3.000	40.000

Naast de 40.000 gokverslaafden zijn er nog 76.000 risicogokkers. Zij vergokken minimaal een kwart van hun inkomen.

Van de gokverslaafden die zich aanmelden, heeft 60% problemen met fruitkassen, 40% heeft problemen met de andere manieren van gokken.

Om te voorkomen dat het aantal gokverslaafden weer verder toe zal nemen, is preventie een dringende noodzaak! Vandaar deze les over gokken en gokverslaving.

WAT IS GOKKEN?

Een **definitie van gokken** is:

- ♦ spelen om geld
- ♦ je kan winnen of verliezen
- ♦ je kan er geen invloed op uitoefenen



Een **gokverslaafde** is iemand:

- ♦ die veel geld verliest
- ♦ veel tijd besteedt aan het gokken
- ♦ die het leven van zichzelf en van anderen negatief beïnvloedt en zich slecht voelt bij dit alles
- ♦ die het gevoel heeft dat hij het gokken niet meer in de hand heeft
- ♦ die de controle over zichzelf kwijt is en van gokken afhankelijk is

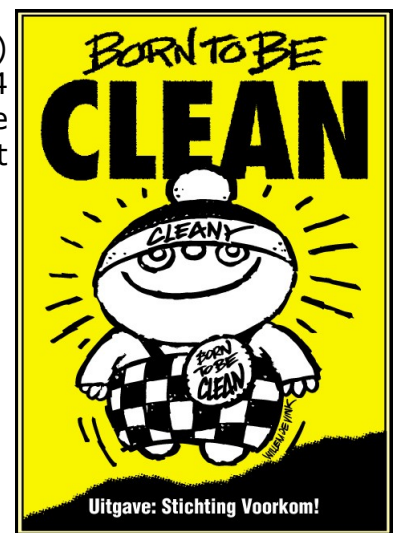


OORSPRONG VAN HET GOKKEN

- ◆ De **dobbelsteen** zoals wij die kennen is al heel oud. Waarschijnlijk stamt hij uit het jaar 3.000 voor Christus. Men gebruikte dobbelstenen om te gokken maar ook om de toekomst te voorspellen.
- 
- ◆ In vroegere tijden werd veel gegokt met de zogenaamde **astragali**, dit waren kleine stokjes in de vorm van schapen- of hondenbotjes. Ook bij Grieken en Romeinen werden ze gebruikt. Nu komen ze nog steeds voor bij Arabische en Amerikaansindiaanse stammen.
 - ◆ **Paardenraces**. Wie de film "Ben Hur" heeft gezien, weet dat ook bij de oude Romeinen al op paarden werd gewed. In Engeland bezocht de elite graag de renbaan van Ascot. Ook daar werd en wordt nog steeds veel gegokt. In Nederland vonden de eerste paardenraces in de 16^e eeuw plaats.
 - ◆ Het **kaartspel** werd al in China gespeeld in de 12^e eeuw. Vanwege de vele mogelijkheden van spelletjes die het kaartspel biedt, werd het kaartspel ook in de rest van de wereld populair.
 - ◆ **Gokkasten** waren tot 1964 nog verboden. Vanaf 1969 mochten gokkasten (kansspelautomaten) uitkeren in vrije spelen. In 1986 mochten ze ook in geld uitkeren. Op dit moment staan er ruim 40.000 kansspelautomaten in Nederland. Toegestaan zijn ze uitsluitend in de 'natte' horeca zoals cafés en restaurants.
 - ◆ Het **Roulettespel** werd in de 18^e eeuw populair onder de welgestelden van die tijd. Voor de welgestelden was roulette één van de top attracties in chique badplaatsen als Monte Carlo, Knokke en Scheveningen. In Nederland was het verboden om roulette te spelen tot aan de opening van het eerste officiële casino te Zandvoort op 1 oktober 1976. De handige exploitanten van semi-casino's in Scheveningen probeerden ongeveer een eeuw lang de wet te ontduiken met spelletjes als straperlo, roulex, saturne, jupiter en veel later Golden Ten.

TOENAME VAN GOKMOGELIJKHEDEN

Het overheidsbeleid ligt vast in de Wet op de kansspelen (W.O.K.) Het eerste **casino** ging in 1976 open. Op dit moment zijn er 14 legale Holland casino's. Deze casino's staan onder strenge overheidscontrole om te voorkomen dat er oneerlijk wordt gespeeld. In het casino zijn er diverse mogelijkheden om te gokken, zoals het Franse roulettespel, American-Roulette, Black Jack en gokautomaten. Deze gokkasten zijn meer gericht op gokken dan op amusement. De inzetmogelijkheid is daar groter dan bij de gewone gokautomaten en de prijzen zijn ook hoger. Maar er zijn nog veel meer illegale casino's, waaraan je vaak aan de buitenkant niet kunt zien dat ze illegaal zijn. Ook die casino's trekken veel bezoekers.



Gokken via internet

Het gokken via internet neemt flink toe. Er zijn bijna ontelbaar veel sites waar je kunt gokken. Je hebt hier meestal wel een creditcard voor nodig. Dit is dus een manier van gokken die voor de meeste jongeren niet mogelijk zal zijn. Door middel van de internetzulen die in menig cafetaria en andere laagdrempelige gelegenheden te vinden zijn, kunnen jongeren wel gemakkelijk hieraan deelnemen. Er is geen minimum leeftijd aan verbonden, omdat deze internetzulen verboden zijn.



Bingo is nog steeds erg populair. Vooral oudere mensen beleven er veel genoeg mee. Vroeger was het alleen een gezelligheidsspel voor feestavonden van clubs en verenigingen. Tegenwoordig wordt bingo ook commercieel uitgeoefend met 'professionele' bingomasters. Bingo wordt gespeeld met kaartjes waarop cijfers staan afgedrukt. De deelnemers krijgen natuurlijk verschillende combinaties van getallen. De getallen worden afgeroepen en wie het eerste zijn kaart vol heeft, heeft gewonnen. Steeds vaker speelt men om hoge geldprijzen in plaats van geschenkartikelen. Men gaat zelfs zover dat men om bedragen van € 500 à € 1.000 per volle kaart speelt of zelfs nog meer.

Naast bovengenoemde gokmogelijkheden zijn daar nog de paardenrennen, de voetbaltoto, de lotto, de kaart- en dobbelspelletjes, weddenschappen, krasloten en loterijen als de Nederlandse Staatsloterij, de Postcodeloterij en de giro- en bankloterij.

JONG GELEERD, JONG VERSLAAFD.

De minimale leeftijd is voor gokken:

Toegang tot een amusementshal: 16 jaar, waar de gokkasten staan 18 jaar.

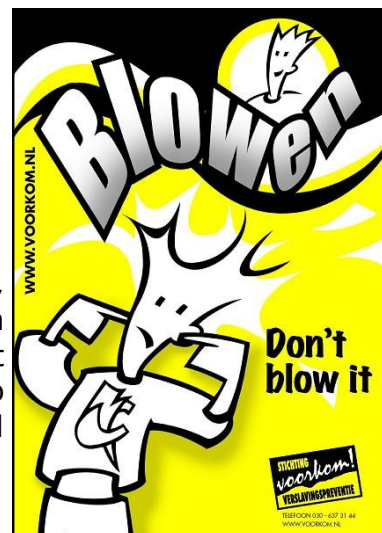
Krassen, gokkasten en het casino: 18 jaar

Zo oud moet je zijn om te mogen gokken. Vaak wordt deze leeftijd door de jongeren zelf niet erg nagekomen en wordt er al op jongere leeftijd gegokt.

"Toen ik 21 jaar was had ik € 20.000 vergokt".

Hoeveel verdient de Nederlandse staat aan het gokken?

De staatsloterij, bankgiroloterij, sponsorloterij, postcodeloterij, toto/lotto, instantloterij, totalisator en speelcasino's bereikten in 2005 een omzet van ruim 1,5 miljard euro. De helft hiervan wordt aan prijzengeld uitgekeerd. Van de resterende 750 miljoen euro gaat er ruim 480 miljoen euro naar de staat. De rest van het geld gaat op aan de organisatie van deze spelen en salarissen. De staat verdient hier dus een hoop geld mee!



WET OP DE KANSSPELEN

De huidige wetgeving onderscheidt twee soorten speelautomaten, te weten:

- a. Een **behendigheidsautomaat** waarop alleen "vrije spellen" worden gewonnen, waarbij de behendigheid of het inzicht van de speler bepalend is voor de mate waarin de speelduur wordt verlengd. Hierbij moeten we voornamelijk aan de bekende flipperkasten denken en aan tal van videogames.
- b. Een **kansspelautomaat** of wel gelduitkerende automaat.
Om het gokken op kansspelautomaten uit de illegaliteit te halen, is op 1 december 1986 is de wet op de kansspelen (W.O.K.) gewijzigd. Sinds die datum is het wettelijk toegestaan dat speelautomaten geld uitbetalen.

De **kansspelautomaat** moet zodanig gemaakt zijn, dat:

1. De speler **gemiddeld** niet meer verlies kan lijden dan € 40 per uur.
2. Per spel niet meer uitgekeerd kan worden dan een waarde van 200 maal de inzet, dit is dus € 40.
3. Het uitkeringspercentage moet minimaal 60% zijn.
4. De speler moet voor aanvang van het spel het bedrag aangeven voor hoeveel hij of zijn wil gokken, met een maximum van € 40.
5. Elke 200 punten worden automatisch uitgekeerd, waarna de kast 15 seconden stilstaat.



In 2002 is de wet op de kansspelen wat betreft de gokkasten aangepast. De kasten zijn op 14 punten zijn aanpassingen gedaan waardoor gokken minder aantrekkelijk moet zijn voor beginnende gokkers. Dit zijn de enige toegestane kasten in de 'natte' horeca. In de amusementshallen mogen ook andere kasten staan, die dus niet aan deze voorwaarden voldoen. Deze gokkasten zijn dus een stuk aantrekkelijker om op te gokken.

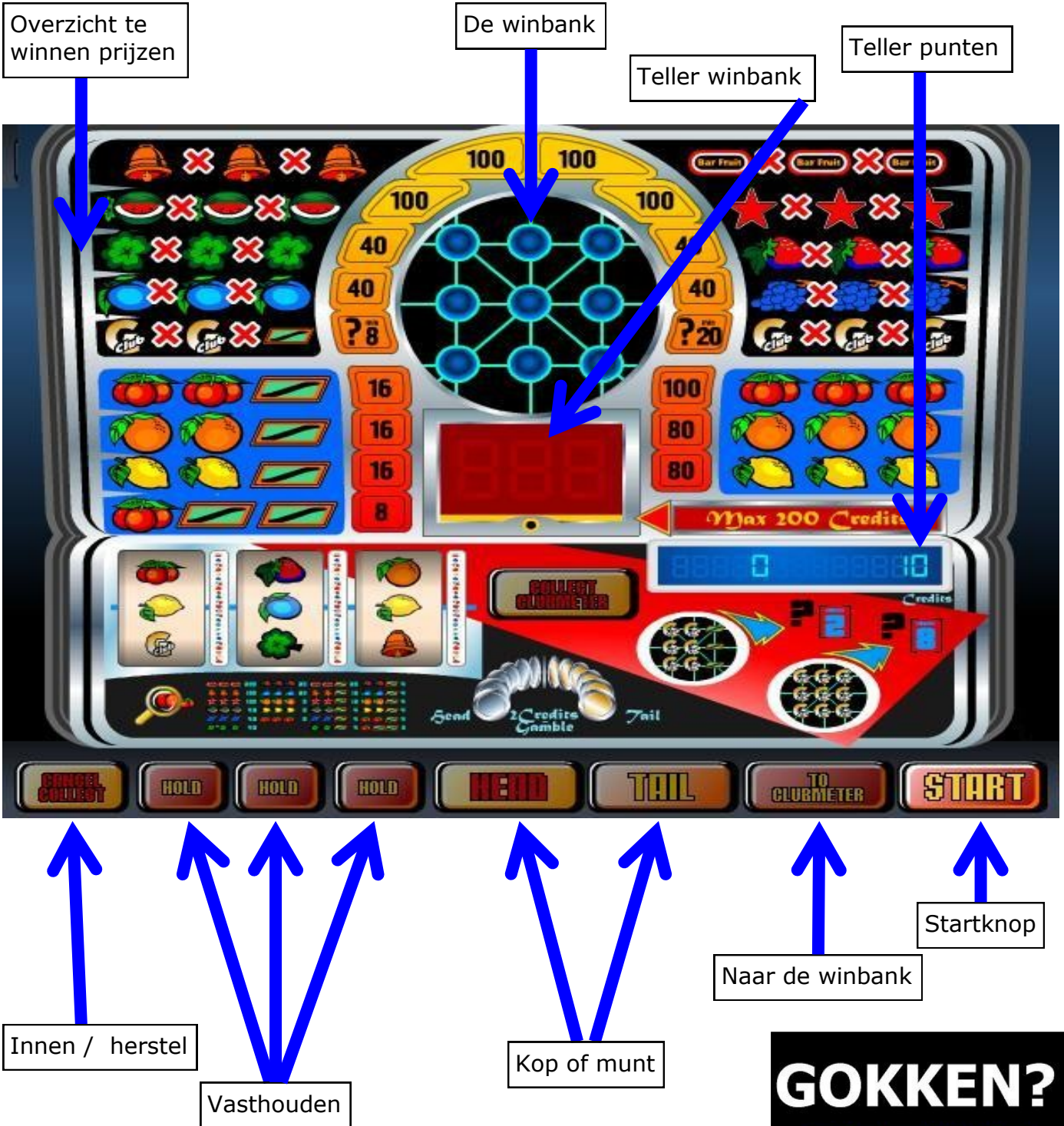


OP WEG NAAR VERSLAVING

Vanuit de psychologie is bekend dat gedrag dat beloond wordt, zich over het algemeen zal herhalen. De beloning functioneert daarbij als een versterker van het gedrag. Belangrijk is of de beloning onmiddellijk komt of pas na lange tijd. Ook is bekend dat gedrag dat zo nu en dan beloond wordt, moeilijk af te leren valt. Bij de meeste vormen van gokken treffen we precies deze manier van belonen aan. Je wordt zo nu en dan beloond en als je een beloning 'verdient', komt deze onmiddellijk. De gokkasten hebben nog een aantal trucjes in hun arsenaal. Sommige automaten wekken de suggestie dat enige controle over het spel mogelijk is. Er zijn dan verschillende mogelijkheden waarop je je geld kan inzetten. De speler denkt daarmee het apparaat te kunnen beïnvloeden.



DE GOKKAST



Wat kost het spelen op een gokkast?

1 spel	4 seconden	€ 0,20
5 spelen	20 seconden	€ 1,00
15 spelen	1 minuut	€ 3,00
900 spelen	1 uur	€ 180,00



MYTHES

Veel gokkers hebben de vaste overtuiging dat zij de uitslag van het spel kunnen beïnvloeden. Toch is dat absoluut niet het geval. Iedere euro geeft evenveel kans op winst of verlies. Het heeft bijvoorbeeld geen zin om met de knoppen te manipuleren (combinaties vasthouden), alle lichtjes, geluiden en symbolen ten spijt. De fruitautomaat is (wettelijk) voor 100% een gokkast. Systemen bestaan niet. De enige systematiek die in de kast besloten ligt, is het wettelijk voorgeschreven uitkeringspercentage! Een gokkast is niets anders dan een **computer** die aantrekkelijk is gemaakt met 'toeters en bellen', welke op **geen enkele wijze beïnvloed kan worden!**



**BIJ EEN KANSSPEL BESTAAN GEEN SYSTEMEN,
JE KUNT ZE DUS OOK NIET ONTDEKKEN!**

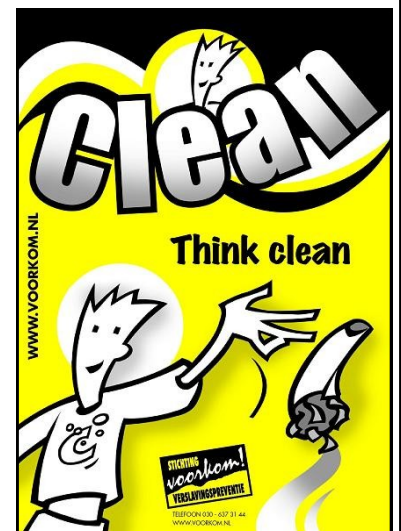
De gokkasten worden zo aantrekkelijk mogelijk gemaakt. Tijdens het spel **flikkeren er lichtjes op en klinken er geluidjes**. Maar het verleidelijkste is nog wel het **gerinkel van het geld**. Als er gewonnen wordt, klettert het geld zo hard in de bak dat iedereen kan horen dat er weer iemand gewonnen heeft. "Dat moet ik straks ook maar eens gaan doen", denk je dan. **Het verlies gaat echter in stilte, dat merkt niemand op.**

Als je de kast uit elkaar haalt, houd je niets anders over dan een computerchip. Op deze chip staat een programma. Hierin staan de regels van de Wet op de Kansspelen geprogrammeerd. De kast staat afgesteld op een uitkeringspercentage van 60%. Maar de systemen zijn onregelmatig en de beloning is ook onregelmatig. Je speelt dus tegen een geprogrammeerde computer die zelf bepaalt wanneer hij uitbetaalt. Leuk spel hè?

Beginnersgeluk?

WAT MAAKT GOKKEN OP EEN FRUITAUTOMAAT VERSLAVEND?

- ◆ Onregelmatige beloning (winst)
- ◆ Lage inzet
- ◆ Short odds
- ◆ Weinig kennis nodig van het spel
- ◆ De automaat geeft de suggestie dat je "hem" kunt beïnvloeden
- ◆ De "kast" bouwt spanning op



HET VERSLAVINGSPROCES

Het verslavingsproces kent drie fasen, te weten:

I DE WINNENDE FASE

- ◆ Plezier
- ◆ Opwinding
- ◆ Vermaak
- ◆ Stijgende eigenwaarde
- ◆ Vaak kleine winst
- ◆ Lenen (echter zonder problemen)

Wil je gokken?

of moet je...

II DE VERLIEZENDE FASE

- ◆ Het najagen van geluk
- ◆ Najagen van het verloren geld
- ◆ Het verzinnen van uitvluchten
- ◆ Toename van geld lenen bij vrienden, bekenden en banken
- ◆ Beloftes worden niet nagekomen
- ◆ Andere activiteiten worden een last, er ontstaan fouten
- ◆ Verandering van werk
- ◆ Geen reëel financieel overzicht
- ◆ Dalend gevoel van eigenwaarde
- ◆ Vrienden, kennissenkring wordt kleiner
- ◆ Hoop op de grote winst blijft
- ◆ Belofte om te stoppen

III DE WANHOPIGE FASE

- ◆ Fulltime bezig met gokken
- ◆ Sociale omgeving valt weg
- ◆ Echtscheiding
- ◆ Schuldgevoelens en minderwaardigheidsgevoelens
- ◆ Grote problemen op het werk (indien nog aanwezig)
- ◆ Optimisme dat door gokken financiële problemen kunnen worden opgelost, neemt af
- ◆ Verduistering, fraude en diefstal nemen toe
- ◆ Eet- en slaapstoornissen
- ◆ Rusteloosheid, eenzaamheid en verveling
- ◆ Irritatie, hypernervositeit en agressieve gevoelens naar anderen
- ◆ Psychische en lichamelijke uitputting
- ◆ Depressiviteit en suïcidale gedachten treden op

KENMERKEN VAN DE BEGINNENDE GOKKER

- ◆ Niet reële verwachting van het gokken
- ◆ Eenzaam
- ◆ Chronische verveling
- ◆ Leeft volgens het "fast-food" principe
- ◆ Alles draait om het geld
- ◆ Denkt het spel te kunnen beïnvloeden
- ◆ Spreekt alleen van winnen



DE ONTWENNING

Verslaafd raken heeft te maken met het opwekken van de stof endorfine B. Endorfine B is een stof die bij opwinding en spanning, zoals die bijvoorbeeld bij het gokken wordt ondervonden, in je hersenen wordt aangemaakt en die een morfineachtige werking heeft: het geeft een enorme kick, waardoor je in een soort roes komt en je heel lekker gaat voelen. (Sommigen omschrijven dit als een soort gevoel van stoned zijn.) Van endorfine B raak je geleidelijk afhankelijk. Als de stof niet meer aangemaakt wordt, krijg je als het ware 'trek'. Als aan die behoefte niet wordt toegegeven, kan je ontwenningssverschijnselen krijgen.

Ontwenningssverschijnselen bij gokken

- ◆ Depressiviteit
- ◆ Minderwaardigheidsgevoelens
- ◆ Zelfmoordgedachten
- ◆ Agressie
- ◆ Hoofdpijn
- ◆ Slaapstoornissen
- ◆ Vermoeidheid
- ◆ Trillingen
- ◆ Maag- en darmklachten
- ◆ Geheugenverlies



GOKKEN GAAT TEN KOSTE VAN SCHOOL EN WERK

Ongeveer 1/6 van de bezoekers van gokhallen besteedt meer dan 25% van zijn inkomen aan het gokken. Dat betekent dat van elk uur dat er gewerkt wordt, er een kwartier gewerkt wordt om de gokkast van geld te kunnen blijven voorzien.

Het gokken neemt steeds meer tijd en aandacht in beslag. Nogal eens verzuimen ze van school. Dingen waar ze vroeger veel interesse voor hadden, worden minder belangrijk. Lidmaatschappen van sportverenigingen worden opgezegd omdat ze daar geen tijd meer voor hebben. Langzamerhand gaan ze zich schamen over het gokgedrag en wordt er steeds stiekemer over gedaan.



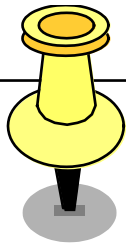
Test jezelf

Geef antwoord op de volgende vragen	Ja	Nee
1. Heb je wel eens de tijd uit het oog verloren als je aan het gokken was?		
2. Maakt het gokken je huiselijk leven ongelukkig?		
3. Word je reputatie door het gokken beïnvloed?		
4. Heb je ooit berouw gevoeld, nadat je gegokt had?		
5. Gok je ooit om aan geld te komen om schulden te betalen of om andere financiële problemen op te lossen?		
6. Veroorzaakt gokken een achteruitgang in je eierzucht of doelmatigheid?		
7. Als je verliest heb je dan het gevoel dat je zo snel mogelijk terug moet om je verlies terug te halen?		
8. Als je gewonnen hebt voel je dan een drang om terug te gaan om meer te winnen?		
9. Speel je meestal tot je je laatste euro vergokt hebt?		
10. Leen je wel eens geld om te kunnen gokken?		
11. Heb je ooit persoonlijke bezittingen verkocht om je gokken te financieren?		
12. Staat het je tegen om gokgeld voor normale uitgaven te gebruiken?		
13. Maakt gokken je zorgeloos wat het welzijn van je familie betreft?		
14. Gok je wel eens langer dan je van plan was?		
15. Gok je wel eens om moeilijkheden of zorgen te ontvluchten?		
16. Heb je er ooit aan gedacht iets onwettigs te doen om je goklust te financieren?		
17. Heb je wel eens last van slapeloosheid door het gokken?		
18. Droom je wel eens van het gokken?		
19. Veroorzaken frustraties, onenigheden een drang in je om te gaan gokken?		

Wanneer je meer dan vijf vragen met "ja" hebt beantwoord, kun je jezelf tot een probleemgebruiker rekenen en is het verstandig hulp te zoeken!

Kijk op de volgende pagina voor informatie bij wie je hulp kunt zoeken. Natuurlijk mag je ook eerst met ons contact opnemen. Tel: 030-6373144.





Info over

alcohol, drugs, gokken en roken

www.voorkom.nl

Hulp nodig?

Als je wilt stoppen of minderen met gokken moet het absoluut duidelijk zijn waarom je wilt stoppen of minderen. Als je hulp nodig hebt mag je contact opnemen met Stichting Voorkom!

Stichting Voorkom! geeft geen hulp aan verslaafden, maar kan je wel helpen de weg te vinden naar de juiste hulpverlening. We geven je een aantal adressen en telefoonnummers waar je terecht kunt voor meer informatie en hulpverlening.

Consultatiebureau voor Alcohol en Drugs (CAD) of de Gemeentelijke Gezondheids Dienst (GGD). Adressen kun je vinden in de telefoongids of in de gemeente gids.	
Stichting TerWille Postbus 1497 9701 BL Groningen ☎ 050-3116226	Bureau Gokhulpverlening R'dam Westersingel 8 3014 GM Rotterdam ☎ 010-4362030
Teen Challenge Spetseburgweg 4 9566 TK Veerle ☎ 0597-541341	Brijderstichting Postbus 414 1800 AK Alkmaar ☎ 072-5272803
Gliagg 'De Poort' Spuiboulevard 366-368 3311 GR Dordrecht ☎ 078-6315040	Stichting AGOG Postbus 4041 5604 EA Eindhoven ☎ 0900-2177721 € 0,10 p/m
'De Wending' Hoog Buurloseweg 145 7339 EL Ugchelen ☎ 055-5414514	Stichting De Driehoek Parkweg 14 8011 CK Zwolle ☎ 038-4224142
Stichting 'De Hoop' Spuiweg 77 3311 GT Dordrecht ☎ 078-6111111	"Wat er ook met je is... bel Chris!" Chr. Kinder- en jeugdhulp ☎ 078-6312300



En nu verder...?

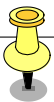


'Dat maak ik toch zeker zelf wel uit?'

Inderdaad ben jij het zelf die kiest of je gaat 'gebruiken' of juist niet. Door middel van deze preventielessen hebben wij jou willen helpen in het maken van verantwoorde keuzes. Jijzelf zult er nooit voor kiezen om verslaafd te raken. Wel is aan jou de vraag hoe je met verslavende middelen (nu of later) om zult gaan. Heel graag willen wij jou op de hoogte blijven houden over ons werk.

Als je wilt, sturen we je elke twee maanden ons informatieblad 'Preventief'. Aan de binnenzijde vind je elke keer een poster met een 'pakkende' slogan. Je kunt deze poster voor jezelf houden, maar misschien ook een plekje geven op school, het kerk- of verenigingsgebouw, bij de dokter of waar dan ook. Op die manier help je niet alleen jezelf, maar ook andere jongeren.

Door middel van onderstaande bon of via de e-mail, kun je jezelf aanmelden voor dit blad, dat wij je gratis willen toezenden. We horen graag van je...



Naam: _____
Adres: _____
Postcode: _____
Plaats: _____
E-mail: _____

Opsturen naar STICHTING VOORKOM! (*gratis*)

Antwoordnummer 2725, 3970 WJ HOUTEN, Telefoon: (030) 637 31 44, E-mail: stichting@voorkom.nl