

QUAL GUIA USAR AGORA?

Um mapa de decisão para chegar ao material mais útil conforme a situação atual. A coleção não é uma sequência obrigatória.

Situação	Guia sugerido
Há impulso ou risco de apostar agora	Guia 02 — Plano para lidar com o impulso; depois, Guia 01.
Preciso organizar proteção geral	Guia 01 — Plano pessoal de proteção.
Preciso contar algo ou pedir ajuda	Guia 03 — Roteiro para contar a alguém.
Quero compreender um episódio ou padrão	Guia 04 — Registro de gatilhos e episódios.
Preciso organizar perdas, dívidas e prioridades	Guia 05 — Mapa financeiro inicial.
Sou familiar e preciso rever minha forma de apoiar	Guia 06 — Como apoiar sem assumir o controle.
Sou familiar e preciso proteger dinheiro ou patrimônio	Guia 07 — Proteção financeira para familiares.
Existe cooperação e queremos reconstruir confiança	Guia 08 — Reconstruindo a confiança depois das apostas.
A pessoa não aceita ajuda	Guia 09 — Quando a pessoa não aceita ajuda; Guia 07 se houver risco financeiro.
Há crise familiar, ameaça, conflito ou risco rápido	Guia 10 — Plano familiar para momentos de crise; depois, os guias específicos necessários.

Princípio de uso

Proteger antes de analisar. Em risco imediato, interrompa novas perdas, proteja pessoas e recursos essenciais e procure apoio adequado. O preenchimento não deve adiar uma ação necessária.