

了解赌博危害



对一部分人来说，赌博是一种很普通的娱乐活动。这可能是与朋友一起“玩一把”，或是每周买一张彩票，或是去看赛马。

但是，也有许多人的生活因为赌博而出现种种问题。识别一个人是否正在受到赌博的伤害并不容易，而且往往令人难以相信与接受。

令有些人沉溺于赌博的四大原因

1. 追求冒险带来的刺激

人的天性喜欢冒险，这让我们感到激动和满足。仅期待感就能自然引发情绪亢奋。这也是娱乐活动给我们带来的乐趣。

2. 短暂逃避现实

每个人都喜欢短暂地忘记他们习以为常的生活。无论是在俱乐部、赛马场或是赌场，还是在网络上参与赌博游戏，你会置身于不同的人群中间，听到不同的声音，体验不同的情绪。

3. 期望赢钱

赌博是一种机会游戏。你有时候或许会鸿运高照，但绝大多数的时候你是在输钱。即便偶然赢一次，也有可能下一注就全部血本无归。

4. 从小熟悉赌博

扑克牌游戏、刮刮乐彩票和墨尔本杯马赛投注，有许多人在这些赌博活动的陪伴下长大成人。尤其是当今年代，赌博广告随处可见，特别是在各类体育比赛中。

问题赌博的开端

每个人都可能出现沉溺赌博的问题，这没有一个可识别的单一原因。较大可能是自身的经历结合社会环境诱因。

动机或许是造成问题赌博的因素之一。对于一部分人来说，沉迷于在他们本地的俱乐部玩老虎机是一种逃避生活中出现的问题或解脱忧虑的方式。那些热衷投注赛马或玩赌桌游戏的人们可能是为了追逐刺激感和亢奋感。

一些生活经历会触发无节制赌博

- 刚开始时尝到赢钱的甜头，于是将赌博和赢钱非常牢固及明确地联系在一起。
- 焦虑或家庭及工作压力。
- 债务。
- 丧失亲人。



GambleAware

gambleaware.nsw.gov.au
1800 858 858

可能产生影响的其他风险因素

- 有赌博成瘾家族史。
- 有抑郁或焦虑等心理健康问题。
- 不理解赌博输赢的随机性。
- 遇到问题及情绪压力时习惯逃避而不是寻求帮助。
- 存在酗酒、毒品或滥用药品等个人问题。

有些人出现问题赌博的可能性较小

虽然这些看似常识，但是相对较为不容易出现问题赌博的人通常具备以下特征：

- 财务稳定。
- 有乐于给予支持帮助的朋友。
- 对未来有期望与梦想。
- 工作稳定。
- 遇到问题时不会以逃避方式应对，而是善于利用社会支持。
- 深知赌博输赢的随机性。
- 有自律能力，不会无节制赌博。

赌博危害的迹象

有时很难甄别一个人是否因为赌博问题而正在苦苦挣扎。你关心的人可能会竭尽所能隐瞒与隐藏他们的赌博问题，而我们也都不愿意妄下结论。但是，你的不良预感可能完全正确，所以值得我们掌握如何识别赌博正在造成危害的迹象。

迹象与线索

- 他们避而不谈把时间都花费在什么地方。
- 他们不愿意谈论自己的财务状况。

- 他们主动拿取信件，同时千方百计地不让你看到账单。
- 你注意到联名账户中的现金或其他地方的现金不知去向。
- 他们经常借钱，却总是无法给出一个很好的理由。
- 他们没有任何解释便开始变卖物品。
- 他们偶尔会有很多现金，但是其他时候总是囊中羞涩。
- 他们很容易生气或发脾气。
- 他们开始酗酒、吸毒或滥用药品。
- 他们对诸如与亲朋好友共度时光等日常活动失去兴趣。
- 他们忽视工作、学习、家人、个人需求或家庭责任。
- 他们看似焦虑、担忧、内疚、沮丧或容易发怒。
- 他们与家人或朋友为金钱或赌博发生争执。
- 他们总是三句不离赌博。

这些迹象代表了什么？

- 他们在赌博上花费的金钱与时间都超出了他们的承受能力。
- 他们很难控制或停止赌博。
- 他们为赌博不惜撒谎，试图不让别人发现。
- 他们不断加剧赌博以求回本，或期望通过赌博摆脱财务困境。
- 他们将最后一分钱都用于赌博。
- 他们赌博越来越频繁，赌注越来越大，时间越来越长。

帮助近在咫尺

无论赌博正在为你本人或你认识的人造成怎样的影响，GambleAware都能够提供帮助。浏览 gambleaware.nsw.gov.au 网站或致电 **1800 858 858**（7天24小时工作）与我们联系，获取免费与保密的建议及支持服务。