



資料來源·輯錄自教育暨青年局德育中心單張  
——只不過是遊戲嗎？賭博問題面面觀

# ——家長須知！

## 賭博只不過是遊戲嗎？

### 1. 賭博是遊戲？還是消遣娛樂？抑是一項投機？或是.....

賽馬、賽狗、投注球賽或其它博彩遊戲等廣告，常在街上、投注站內、傳媒或網上找到。賭博與我們如此接近，賭博究竟是否如人們所說的“只是一種遊戲”、“是一項消遣娛樂”、“是一項投機.....”？

### 2. 賭博是甚麼？

賭博是指將金錢或有價值的物件，於指定時間內，投注在一項不能預知結果的活動上，而這個決定是不可改變、不可預知或控制的。

賭博的類別，一般可分為社交賭博、問題賭博及病態賭博。

賭博是一個累進的過程，由參與賭博活動開始。

社交賭博可能會轉變成問題賭博；而問題賭博亦有機會轉變成病態賭博。

### 3. 甚麼是病態賭博？

“病態賭博”這名詞始於1980年，由美國一位精神科醫生羅拔吉士達博士開始使用它來形容一部分的賭徒。

他指出，這類賭徒和有毒癮的人一樣，有精神失調的毛病，稱為“賭博失調”。

根據美國精神科協會出版的《精神失調診斷及統計手冊》(第四版)(簡稱DSM-IV)，病態賭博被定義為：“持續及長久之沉溺的賭博行為，以致個人、家庭生活及工作能力受到不良影響。”

### 4. 澳門中學生賭博的現況

根據教育暨青年局委託澳門大學博彩研究所進行的“澳門青年參與博彩活動調查2004”的研究顯示，有34.6%受訪中學生曾於過去一年參與最少一項博彩活動，最多參與的是社交賭博(26.8%)，其次是香港六合彩(9.8%)、足球/籃球彩票(7.8%)。

個別博彩活動之參與者每月博彩消費不少，雖然只有0.2%受訪者參與香港賽馬投注，但他們表示平均每月消費達2,735元。而澳門賽馬參與者(0.4%)平均每月消費達1,325元；賭場博彩參與者(1.5%)則為832元。所有受訪者平均每月個人博彩消費為91元。

據統計分析發現，年齡越高者、個人開銷金額越高者或父母有賭博問題者，參與各類博彩活動情況就越普遍。

根據美國DSM-IV診斷標準，有1.2%受訪者“可能已成為病態賭徒”。同時，數據亦反映了“社交賭博”不容忽視，參與者(或其親友)可能未對他們之社交賭博行為有所警惕不以為然，因而在不知不覺中上癮乃至於沉迷其中，最終形成病態賭博行為。

## 5. 問題/病態賭博的成因

問題賭博的成因很複雜，一般包括個人成長、生理、心理、環境、個人自控能力、錯誤思維及抗壓能力。如：用賭博來處理壓力或逃避問題、缺乏生活目標、誤信賭博可以致富、缺乏其他娛樂、賭博已成為習慣、受同事及朋友的影響、被原生家庭所影響等。

## 6. 問題/病態賭博的危機

問題/病態賭博會帶來多方面的負

面影響，大部分賭徒普遍認為失控的賭博只會帶來金錢上的損失，但在實際方面，問題/病態賭博還可能影響以下各個方面——

### 身心健康

- 睡眠及飲食問題；
- 精神恍惚、思想混亂、抑鬱；
- 失去自尊感和信心；
- 性情上的轉變；
- 影響與其他人的關係；
- 產生自殺的念頭。

### 財務方面

- 經濟狀況緊張、耗盡積蓄；
- 債務問題、甚至破產；
- 因高利貸而引致滋擾。

### 家人/朋友關係方面

- 與家人、配偶、朋友經常爭吵；
- 夫妻關係決裂或離婚；
- 失去與別人相處的意慾及興趣；
- 家人因壓力而引致情緒困擾，甚至有自殺的念頭。

### 工作方面

- 工作效率降低；
- 不能集中精神工作；
- 無故缺勤或經常遲到早退。

### 學業方面

- 不能專心學習；
- 經常缺課或遲到；
- 學業成績下降。

### 法律方面

- 可能進行一些違法的行為來獲取金錢作為賭本或還債之用。

## 7. 青少年參與賭博這情況會令身為家長者非常擔憂嗎？您是否曾經有以下經驗——

- 與子女一起打麻雀/玩撲克牌(遊戲中設有賠率)？
- 有子女在場的情況下，與友人/家人一起打麻雀/玩撲克牌或參與博彩遊戲？
- 與子女一起商議投注球賽、六合彩、其它博彩遊戲等的賠率及作出投注？
- 在您進入博彩投注站時，曾要求您的子女在投注站入口等您？

## 8. 學生參與賭博行為增加的原因

- 年幼時經由父母、親人或鄰居接觸賭博，並知悉賭博技巧；
- 容易透過家人/朋友的引誘參與賭博；
- 互聯網賭博普及化；
- 大部分學生認為賭博是他們的“娛樂活動”；
- 錯誤相信可以以賭博來賺取金錢或誤以為自己有必贏的方法。

## 9. 我的子女有出現問題/病態賭博的徵兆嗎？

- 將日常生活必需的金錢用作賭注；
- 沒有金錢也要跟別人打賭；
- 因賭博行為引起債務困擾；
- 向家人/朋友說謊。隱瞞其賭博行為；

- 與家人/朋友關係疏離；
- 偷取家中或朋友的財物；
- 變賣有價值的物品，例如手機、名牌物品、MP3等；
- 缺課；
- 學業成績下降；
- 經常留意電視、電台、報章、雜誌等有關賭博的訊息；
- 對於賭博的結果有極端的情緒反應，如過份開心或過份失落；
- 經常參與賭博活動，對其它事物失去興趣；
- 製造賭博機會，如將遊戲的勝負作為賭博；
- 可能有違法的行為，如偷用信用卡、盜竊等。

## 10. 家長可如何與子女談賭博問題？

- 應以開放的心態，瞭解子女的賭博實況，即使子女有參與賭博，不應加以責罵，嘗試瞭解其賭博的原因。
- 與子女共同探討問題賭博可帶來的影響，鼓勵子女及早遠離賭博。
- 讓子女明白賭博的真實情況：賭博不是賺錢的途徑。病態賭徒對賭博存有許多錯誤期望和想法，如“總會贏大錢”、“我有必贏的方法”等；賭博不能協助人建立健康的自我形象及自信心；賭博不是健康的減壓及舒解情緒的方法。
- 要以身作則，避免沉迷賭博，切勿協助子女參與博彩活動；

- 具體地讓子女明白家長對賭博的立場和態度；
- 有需要時，可向專業人士尋求輔導或協助。

## 11. 教師如何教導學生向賭博說“不”？

- 糾正學生對賭博的迷思，如“信自己有必贏之法”、“運氣可以控制”等；
- 加強學生拒絕參與賭博的決心；
- 鼓勵學生減少接觸染上賭博習慣的友儕；
- 灌輸學生“賭博不是賺錢的途徑”的正確觀念；
- 幫助學生瞭解問題賭博帶來的嚴重後果，包括失去大量金錢、影響學業/前途及傷害與家人和朋友的關係等；
- 鼓勵學生建立健康的興趣及課外活動；
- 協助學生建立一套正確健康的價值觀，為未來訂立目標。

## 12. 年輕朋友，請看看你是否已出現了問題/病態賭博的警號？

- 經常與友人討論及參與賭博活動；
- 經常留意電視、電台、報章、雜誌等有關賭博的訊息；
- 將零用錢用作賭注；
- 沒有金錢也要跟別人打賭；
- 因賭博行為引起債務困擾；

- 向家人/朋友說謊，隱瞞自己賭博情況；
- 與家人/朋友關係疏離；
- 偷取家中或朋友的財物；
- 變賣有價值的物品，例如手機、名牌物品、MP3等；
- 缺課；
- 學業成績下降；
- 對於賭博結果有極端的情緒反應，如過份開心或過份失落；
- 經常參與賭博活動，對其它事物失去興趣；
- 製造賭博機會，如將遊戲的勝負作為賭博；
- 可能有違法的行為，如偷用信用卡、盜竊等。

## 13. 學會向賭博說“不”！

當遇上同學或朋友邀請你參與賭博活動時，除了知道賭博的禍害及危機外，也須懂得如何向賭博說“不”！以下是一些提議：

**提議1**——直接說“不”！

堅定拒絕，勇敢說“不”！並主動離開。

**提議2**——反客為主

立即提出其它的建議，如唱卡拉OK、看電影、打波等。

**提議3**——明白後果

表明清楚瞭解賭博可能帶來的禍害，因此不會參與。

