



# 受赌博成瘾影响的生活

---

给亲友的资讯



# 关于 “中心护理” (CENTRE CARE)

---

Centrecare是一个以同情和尊重人类尊严为宗旨的非营利组织，旨在通过各种咨询和专业社会服务来赋能个体并强化社区建设。

建立联络: (08) 9325 6644





这份指南是否适合您?	4
关于"西澳洲赌博帮助"(Gambling Help WA)	4
<b>赌博成瘾的迹象</b>	5
迹象	6
您可能会注意到的迹象	7
<b>赌博的危害影响</b>	8
对伴侣的影响	9
对子女的影响	10
对父母的影响	10
嗜赌者会发生转变吗?	11
自主戒赌和第三方干预戒赌	11
咨询可达到哪些效果	14
有帮助的网站	15
<b>关于赌博的一些事实</b>	16
国家统计数据简报	16
州情况说明	17

# 这份指南是否适合您？

如果您正在阅读这本手册，很可能是因为您对身边人的赌博行为感到担忧。您可能担心赌博正在伤害您的家庭，或是您所关心之人的家庭。

本手册旨在帮助您识别赌博对您生活的影响，以及可行的策略来支持您和您所关心的人。

## 关于"西澳洲赌博帮助"(Gambling Help WA)

Gambling Help WA是由政府资助、Centrecare提供的免费保密咨询服务，我们的Perth、Joondalup、Midland、Cannington、Bunbury和Kalgoorlie办公室均提供预约。

咨询人员都具备资格，并且对于因赌博成瘾造成的困境有特别的了解。咨询服务可提供给遭受赌博危害的个人及其亲属。该服务为个人、夫妻及家庭提供专业咨询支持。亦可提供财务咨询，以帮助您管理因赌博而产生的债务。

Gambling Help WA还向那些希望减少或停止赌博的人士提供团体辅导项目。参与该团体项目是免费的，将连续六周开展活动。每年都将开设几个团体项目，项目开展时间与西澳大利亚州的学校学期一致。

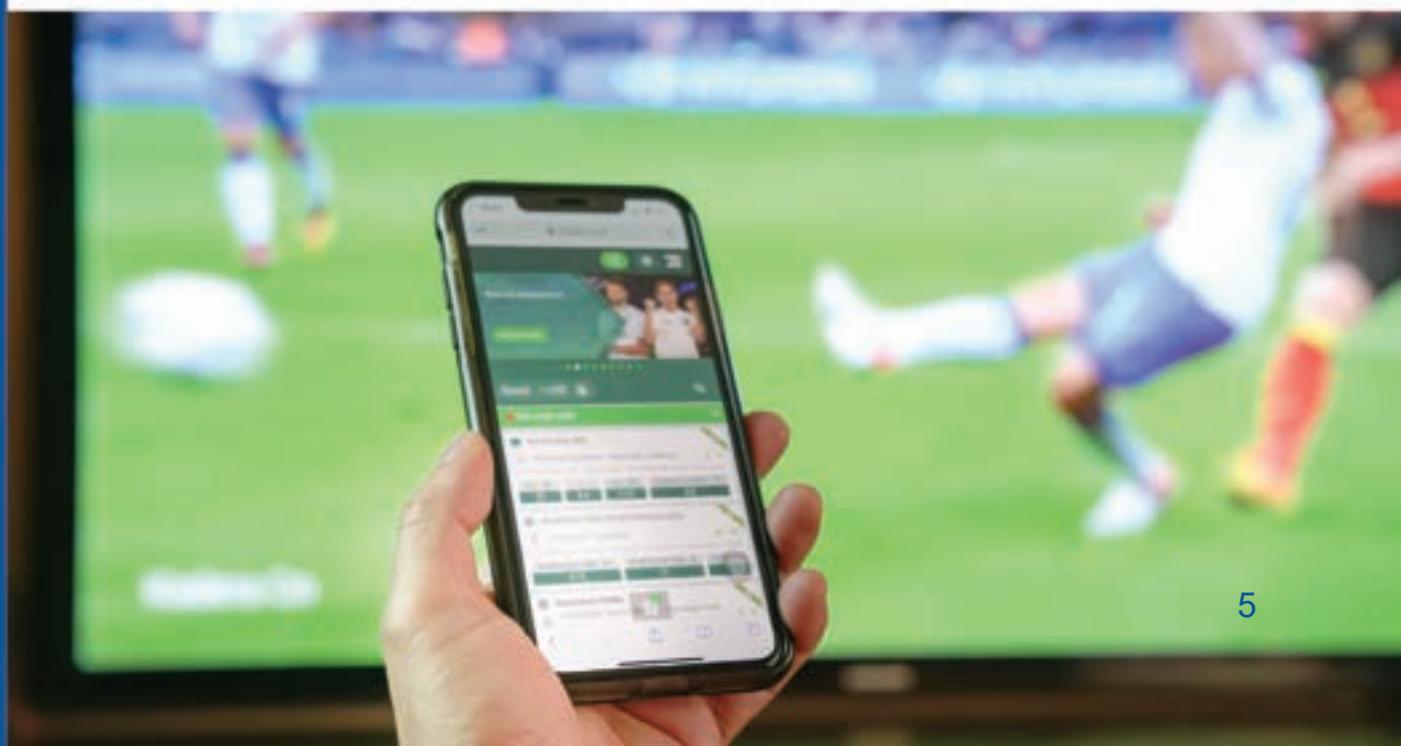
“咨询师帮助我和妻子理解我们所面临的问题，不仅限于赌博。她帮助我们制定了能够改善我们之间关系的策略” —— Gambling Help WA的客户

# 赌博成瘾的迹象

在本小册子中，赌博成瘾被定义为：

**“当一个人的赌博活动对赌博者玩家本人、其他参与者和/或其家庭造成伤害，并且此伤害可能会波及社区时。”**

很难界定赌博何时不再仅仅是一种娱乐或休闲活动，并开始成为问题。这个问题因人而异。当某人开始在彩票或刮刮乐上花费太多金钱时，他可能便会意识到自己的赌博已经成为问题了。而对于另一些人来说，可能只有在他将大部分时间都浪费在赌场里时，赌博才被其视为一个问题。以下页面列出一系列赌博成瘾的迹象，这些迹象可能表明您的亲人存在嗜赌的问题。



# 迹象

## 金钱层面

- 花费超出预期的金额。
- 花费超出可承受范围的金额。
- 借钱赌博或偿还赌债。
- 使用信用额度进行赌博。
- 出售家庭物品以换取赌资。
- 以非法或不道德的方式获取赌资。
- 花费家庭所需的生活费用。
- 试图挽回赌博损失或将输掉的钱赢回来。

## 时间层面

- 在赌博活动上耗费的时间超过预订计划。
- 在日常生活中为赌博活动寻找时间。
- 缺勤工作。
- 为了赌博减少陪伴家人与朋友的时间。

## 隐瞒事实

- 隐匿赌博的证据。
- 针对在赌博上耗费的时间或金钱撒谎。
- 隐藏财务信息，比如银行对账单。

## 失去控制力

- 很难放弃任何一个赌博的机会。
- 很难戒赌。
- 用赌博来逃避无所事事、问题或情绪困扰。

## 想法层面

- 将赌博视为解决财务困境的办法。
- 幻想能够控制赌博活动的结果。
- 产生与运气或赢钱相关的迷信想法。

几乎在所有的情况下，参与赌博者并没有伤害他人的意图。然而，如果一个人把赌博当作其优先事宜，则可能会危害到其本人以及周围人的福祉。

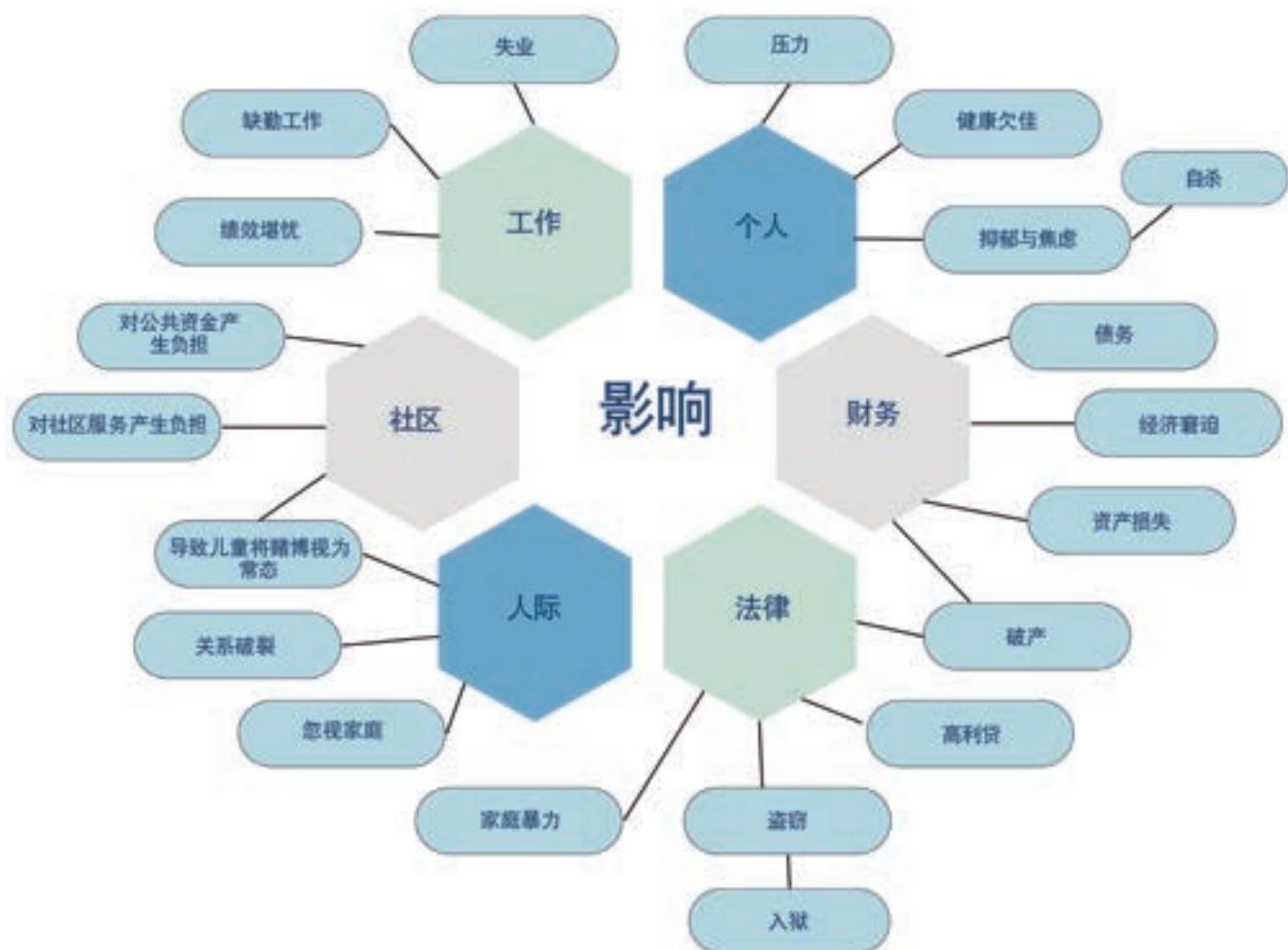
## 您可能会注意到的迹象

- 某人谈论其从赌博中获取的赢利，但隐瞒损失。
- 家中或银行账户出现不明去向的钱款。
- 本以为已付款的账单却收到最后催缴通知。
- 情绪波动。
- 爆发愤怒情绪。
- 家中物品丢失。
- 无故缺席家庭、工作或学校事宜。
- 忽视孩子和/或伴侣。
- 从家庭和休闲活动中退出并孤立自我。
- 在时间和/或金钱上有所隐瞒。
- 家庭财务压力。



# 赌博的危害影响

具伤害性的赌博行为不仅影响赌博者本人，还会影响他们的家人、朋友甚至更广泛的社区。有害赌博行为的后果影响深远，可能波及多个方面，如下图所示：



## 对伴侣的影响

伴侣常常不知道该如何与有赌博问题的人一起生活。。

具伤害性的赌博行为常常伴随着深深的羞愧感，而这可能会导致赌博者无法坦诚面对自己的境况或寻求支持。

应对伴侣的赌博问题可能带来情感上的挑战，并需要时间来消化。并没有某种既定的正确方法来对待这一过程。

您可能对您和嗜赌者之间的关系及未来感到不确定。与值得信赖的家人和朋友分享您的担忧可能会有所帮助。在保密情况下寻求专业咨询也是一种选择。

在发现伴侣的赌博问题时，您可能会感受到各种不同的情绪，例如：

- 无法安睡或入眠。
- 感到烦躁和爆发愤怒情绪。
- 过度警觉。
- 难以集中注意力。
- 经常询问赌博者的下落。
- 失去与您的伴侣之间的信任。
- 感到内疚，或者在想——我为什么之前不知道？

您可以选择：

- 掌控您的财务。
- 限制您伴侣可使用现金的数量。
- 拒绝为其赌博行为保守秘密。
- 寻求朋友和家人的支持。
- 寻求专业咨询师的支持。

赌博者可能需要：

- 承认其赌博行为造成的伤害。
- 对其造成的伤害承担责任。
- 为造成的伤害道歉。
- 承诺不因其赌博行为伤害他人。
- 愿意探讨财务管理策略（例如破产程序）。
- 告知家人和朋友，并寻求支持。
- 寻求专业咨询师的支持。
- 如果债务问题无法解决，请寻求财务顾问的建议并制定财务计划。

## 对子女的影响

父母会不遗余力地保护孩子们免受赌博成瘾带来的相关伤害。

儿童会受到直接和间接的影响，而他们往往无法用语言表达他们的感受以及这些经历对他们造成的影响。孩子们对周围的情绪非常敏感，即使没有人明确告诉他们，他们也常常能意识到家庭问题。参与咨询服务可以为孩子们提供一个舒适的途径，使他们通过探索自己的想法、情感和人际关系，从而理解他们的世界。该服务还可以为您提供支持孩子的策略。

Centrecare为6至18岁的儿童提供免费心理咨询。

请致电 (08) 9325 6644 以获取更多信息。

## 对父母的影响

家长往往对孩子的嗜赌问题感到担忧。研究逐渐开始揭露电脑和游戏机游戏中存在的与赌博相关的活动，以及这些游戏对儿童产生的负面影响。父母之间进行沟通非常必要，以便贯彻一致且有效的界限和支持。

您可以选择：

- 一同讨论赌博对你们家庭产生的影响。
- 表达您希望共同合作以减少赌博危害的愿望。
- 明确您不会向家人们隐瞒他们的赌博行为。
- 将所有家庭成员纳入支持计划，以帮助存在赌博问题的孩子。
- 拒绝财务援助请求。
- 支持您的孩子寻求财务顾问的帮助。
- 无论赌博问题给您的家庭带来了怎样的影响，都应承诺与每个孩子共度优质时光。
- 寻求专业咨询师对您的支持。
- 支持您的孩子获得专业咨询师的帮助。

## 嗜赌者会发生转变吗？

发生转变是有可能的，但这需要时间、努力、耐心和决心。作出改变的决定是嗜赌者自己的责任。根据赌博行为产生的影响，家人和朋友在鼓励和支持改变方面发挥着相应的作用。然而，您提供支持的意愿可能会自然而然地随着时间的推移而发生波动。亲人们感到受伤、疲惫或愤怒，并且没有准备好提供支持是可以理解的。

专业的咨询和支持可以为所有相关者就这一变化过程提供有价值的帮助。

## 自主戒赌和第三方干预戒赌

对于经历赌博伤害行为的人来说，自我戒赌，不再去博彩投注站（TAB）和皇冠赌场（Crown Casino）等场所永远是第一选择。然而，自我戒赌和第三方干预戒赌均为您和亲人可以采用的戒赌措施。

**何为自主戒赌？**自主戒赌是一个戒赌程序，任何人都可以提名自己被限制进入皇冠赌场的游戏区域。最短限制期为12个月。如果此人在12个月后希望返回游戏区，他们可以申请撤销自主戒赌，以获得允许重新进入赌场。撤销程序要求赌博者出席Gambling Help WA的辅导，以讨论其过去的赌博行为，并更好地了解理性赌博。此后，皇冠安全娱乐（Crown PlaySafe - CPS）团队将与赌博者会面，并决定此时赌博者重返赌场是否符合其个人的最佳利益。CPS团队在赌博者第一次返回赌场时也会为其提供支持。

**何为第三方干预戒赌？**第三方干预戒赌是一种程序，由相关的家人、朋友或福利专业人士提出申请，请CPS对此人进行评估，以便基于其危害性赌博行为限制其进入赌场。

## “停止赌博”（BetStop）— 国家自主戒赌登记表

此登记表可将您排除在澳大利亚所有在线博彩服务之外，您可以通过拨打 1800 238 786 或访问<https://betstop.gov.au/>将自己注册在BetStop国家自主戒赌登记表上



## 博彩投注站（TAB）

设置限制进入某TAB站点可在任何的TAB站点完成，或致电西澳大利亚州赛马和博彩局（RWWA）电话1300 363 688，或发送电子邮件至selfexclusion@rwwa.com.au，办理第三方干预戒赌手续。

请于网站 <https://help.tabtouch.com.au/knowledge-base/responsible-wagering-tab-agency-self-exclusion/>下载RWWA自主戒赌申请表

最短限制期为12个月。如果希望在此限制期之后撤销限制，您需要获得RWWA对您的申请的批准，并且会被要求出席Gambling Help WA的咨询服务。

### SELF EXCLUSION PROGRAM PARTICIPATION FORM



#### APPLICATION FOR SELF EXCLUSION

##### GENERAL INFORMATION

Full Name:

If Known By Other Name Please Specify:

Date Of Birth:

Home Address:

Street:

Suburb:

State:



## 赌场

第三方干预戒赌以限制进入皇冠赌场可通过以下方式达成：

- 在线访问 <https://www.crownperth.com.au/crown-playsafe>
- 拨打1800 801 098联系CPS。
- 向皇冠赌场发送电子邮件至 [CPS@crownperth.com.au](mailto:CPS@crownperth.com.au)
- 访问位于地下一层东隧道入口的CPS中心。

皇冠安全娱乐中心（Crown PlaySafe Centre）由专门的CPS团队负责，他们提供全天候24小时、每周7天的免费保密服务

CPS团队为那些希望被限制进入赌场的人士提供协助。此限制是一个让您在至少12个月期限内不得进入赌场游戏区的程序。

在至少12个月以后，您可以申请撤销对您的限制，以获得许可重新进入赌场。撤销过程需要赌博者出席Gambling Help WA的咨询，以讨论以前的嗜赌行为，并更好地了解理性赌博。

**Gambling Help WA的咨询师可以协助完成第三方干预戒赌程序。**

## 咨询可达到哪些效果

咨询过程涉及即咨询师和客户在保密和不批判的环境中共同合作，寻找有助于解决问题的方案。

Centrecare的咨询是以发掘优势为基础的，咨询涉及：

- 与相关人员合作而不纠结于他们的错误。
- 寻找资源而非损失。
- 探索状况尚佳的阶段。
- 探索可能的和期冀的未来。
- 探索积极面并支持赌博者继续保持这种动力。
- 为客户提供生活的各方面提供专业意见。
- 专注于可行和可改变的方面。
- 作出变化的可能性。
- 解决问题。

Centrecare为存在嗜赌问题的人以及关心他们的家人、伴侣和朋友提供咨询服务。可提供个人、家庭和夫妻咨询预约。

每次咨询将用时50分钟，所有咨询师均具有专业资格。

如果您想了解有关咨询过程的更多信息，请拨打(08) 9325 6644联系Centrecare。



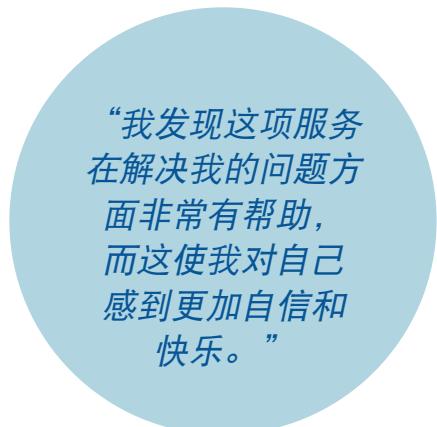
## 有帮助的网站

以下网站提供关于本手册中讨论主题的更深入信息。其中一些资料包含赌博对赌博参与者生活的影响以及他们是如何戒掉赌博恶习的故事。

[www.gamblinghelponline.org.au](http://www.gamblinghelponline.org.au): 您可以加入会员，参加练习活动和教育活动，以帮助您管理赌博问题并与其它社区成员交谈。这里有供赌博者、其亲人和更广泛的社区使用的资源。

[www.gamblershelp.com.au](http://www.gamblershelp.com.au): 您可以通过电子手册和视频找到许多关于保护自己防止复赌以及赌博如何影响生活各个方面的信息。

[www.gambleaware.nsw.gov.au](http://www.gambleaware.nsw.gov.au): 本网站由新南威尔士州设立，提供有关安全赌博的信息，并为受到赌博影响的人提供支持。



“我发现这项服务在解决我的问题方面非常有帮助，而这使我自己感到更加自信和快乐。”

# 关于赌博的一些事实

## 国家统计数据简报

- 估算数据显示，澳大利亚每年因赌博损失约250亿澳元——人均赌博损失高居全球首位。
- 2024年，据估算，60.3%的澳大利亚成年人参与过赌博，而2019年的一项研究显示这一比例为65.6%。
- 大约四分之三的澳大利亚成年人在过去的12个月内参与过赌博，约有五分之二的成年人每周都赌博。
- 每五名澳大利亚的成年嗜赌者中，就有一名是从青少年时期开始嗜赌成性的。
- 澳大利亚成年人最常见的赌博方式有：彩票(46.8%); 抽奖彩票(23.4%); 刮刮乐(15.7%); 电子赌博机(12.9%); 和赛马投注(10.0%)。
- 在新冠疫情之后，许多澳大利亚人转为在线赌博，如参与体育博彩。
- 多达四分之一的澳大利亚青少年曾在体育博彩中下注，而十分之一的青少年曾参与在线赌博。
- 在2023年，78%的澳大利亚成年人曾接触过与赌博相关的某种形式的广告。

自1990年代赌博业解禁后呈现爆发式增长，推动了该行业规模急剧扩张。对于参与非连续性赌博类型的人，如购买彩票，成为嗜赌者的风险较低；而对于参与连续性赌博类型的人，如玩电子赌博机、通过在线方式或应用程序赌博，其风险则显著增加。针对赌博带来的重大社会成本，有必要制定应对广泛赌博危害的有效政策和策略。

### 参考文献

Australian Institute of Health and Welfare.(2023).Gambling in Australia.  
<https://www.aihw.gov.au/reports/australias-welfare/gambling>

# 州情况说明

## 西澳大利亚州

- 西澳州的赌博参与人口与其他州相比，比例更高（分别为62.9%和56.3%），尽管西澳州的嗜赌者较少。
- 西澳州现在是澳大利亚唯一没有高强度电子赌博机或“老虎机”（'pokies'）的州。皇冠娱乐场内提供低强度游戏机。在西澳州，在电子赌博机上进行的赌博活动大约是全国其他地区的一半。
- 在2021年，西澳州有2466台电子赌博机。
- 在西澳州，最受欢迎的赌博形式是购买“西部博彩”（Lotterywest）的产品。
- 在2019年至2020年间，西澳州的赌博总损失和支出为14亿澳元。
- 在2023年至2024年间，Crown casino报告的总营收为5.21亿澳元。
- 在2023年至2024年间，大约有640万人访问过Crown casino。这一数字相比于2022年至2023年的620万人有所增加。

### 参考文献

Victorian Responsible Gambling Foundation.(2023).Latest edition of Australian gambling statistics.  
<https://responsiblegambling.vic.gov.au/about-us/news-and-media/latest-edition-of-australian-gambling-statistics/>

Gaming and Wagering Commission of Western Australia.(2024).Annual report 2023-24.Department of Local Government, Sport and Cultural Industries.  
<https://www.digsc.wa.gov.au/department/publications/publication/gaming-and-wagering-commission-of-western-australia-2023-24-annual-report>

Hing, N., Russell, A. M. T., Browne, M., Rockloff, M., Greer, N., Rawat, V., Stevens, M., Dowling, N., Merkouris, S., King, D., Breen, H., Salonen, A., & Woo, L. (2021). The second national study of interactive gambling in Australia (2019-20). Gambling Research Australia. <https://www.gamblingresearch.org.au/sites/default/files/2021-10/Interactive%20Gambling%20Study.pdf>

Rockloff, M., Hing, N., Browne, M., Russell, A. M. T., Thorne, H., Newall, P., & Visintin, T. (2021). Gambling harm and harm minimisation in Western Australia.CQ University Australia.[Prof. Rockloff - Gambling Harm and Harm Minimisation in WA - Expert Report \(amended\).pdf](#) (2023)



备注

备注

备注