

부모님과 보호자들을 위한 안내 문제성 도박의 징후

자녀들이 도박에 중독되어 있을 때 보일 수 있는 징후는 다음과 같습니다:

- 도박과 도박에 대해 생각하는데 많은 시간을 보냄.
- 도박에 보내는 시간 때문에 학교에 결석하거나 성적이 나빠짐.
- 도박으로 인한 흥미와 흥분으로 인해 도박에 거는 금액이 더 커지고 더 자주 하기 시작함.
- 도박을 규칙적으로 하지 않거나 도박의 횟수를 줄이거나 중단하려고 하면 감정의 기복이나 스트레스 증상을 보임.
- 도박을 줄이거나 중단하겠다고 약속하지만 그런 약속을 잘 지키지 못함.
- 남모르게 도박하거나 도박한 사실에 대해 거짓말을 함.
- 도박에 자금을 대느라 정기적인 지출 항목에 쓸 돈을 쓰거나 개인 소지품을 팔게 됨.
- 도박하기 위해 가족이나 친구로부터 돈을 빌리거나 훔침.
- 잃었던 돈을 다시 찾으려면 도박을 그만 둘 수 있다고 믿기 때문에 도박을 계속함.
- 현실 도피의 수단이나 문제를 망각하기 위해 도박을 함.
- 자녀의 도박이 더 심해질까봐 가족이나 친구들이 걱정함.
- 도박문제가 있다고 해서 위에 언급한 행동을 꼭 나타내는 것은 아닙니다.

자녀가 도박을 하고 있거나 도박을 너무 심하게 한다고 생각된다면, 전문가의 도움을 구하는 등의 조치를 취할 수 있습니다. 다음과 같은 일반적인 조치를 따라 보십시오:

- 도박과 그 위험성에 대해 알아 보십시오.
- 본인 자신의 도박에 대한 행동과 생각에 대해 자문해 보십시오.
- 도박에 대해 자녀와 이야기하고 질문해 볼 수 있는 시간을 가져 보십시오.
- 자녀의 이야기를 들어 보십시오.
- 도박 문제가 심각하지 않다면, 도박의 시간, 금액과 횟수에 대해 제한을 두십시오.

도움을 드리는 곳



Communities NSW



Diversity
Health
Institute

Quality Health Care for a Diverse Australia

Advice for parents and carers

Signs of problem gambling

Some signs that your son or daughter may have a gambling problem include:

- Spends lots of time gambling and thinking about gambling.
- Misses school or grades start to worsen because of time spent gambling.
- Starts to place larger and more frequent bets to maintain interest and excitement produced by gambling.
- Experiences mood swings and feels stressed when not gambling regularly or trying to reduce or stop gambling.
- Promises to stop or reduce their gambling but has trouble following through with plan.
- Lies or is secretive about gambling activities.
- Missing personal belongings or cannot cover regular expenses as he/she has used these to finance gambling activities.
- Borrows or takes money from family members or friends to gamble.
- Keeps on gambling because they believe that they can win back their money and stop.
- Gambles as a means of escape or to forget their problems.
- Family members or friends are concerned that your son/daughter's gambling will become serious.
- An individual at risk will not necessarily exhibit all these behaviours.

If you think your child is gambling or gambling too much you have options including seeking professional help. Here are some general steps to follow:

- Get informed about gambling and its risks.
- Be aware of your own gambling behaviour and beliefs.
- Encourage discussion and questions about gambling.
- Listen to what your child has to say.
- Set limits of time, money and frequency of gambling if problems are not severe.

WHERE TO GET HELP



Communities NSW



**Diversity
Health
Institute**

Quality Health Care for a Diverse Australia

Multicultural Problem Gambling Service for NSW Tollfree 1800 856 800
Gambling Help Line 1800 858 858 (24 hours / 7 days a week).