

# Lời khuyên dành cho phụ huynh và người chăm sóc

## Các dấu hiệu của việc mê cờ bạc

### Một số dấu hiệu cho thấy con quý vị có thể mê cờ bạc gồm có:

- Dùng nhiều thời gian chơi bài và nghĩ về việc bài bạc.
- Trốn học hoặc tụt hạng vì dành thời gian chơi bài.
- Bắt đầu cá độ thường xuyên hơn và với số tiền lớn hơn để duy trì mức độ thích thú và sôi nổi khi chơi bài.
- Tính khí bất thường, và cảm thấy căng thẳng khi không chơi bài thường xuyên hoặc khi cố giảm chơi bài hoặc ngừng hẳn.
- Hứa giảm chơi bài hoặc ngừng hẳn, nhưng gặp khó khăn trong việc theo đuổi chương trình này.
- Nói dối hoặc giữ kín việc bài bạc của mình.
- Mất các vật dụng cá nhân hoặc không thể trả nổi các chi phí thông thường vì em dùng các vật dụng hoặc tiền bạc cho việc bài bạc của mình.
- Mượn hoặc lấy tiền của thân nhân hoặc bạn bè để chơi bài.
- Tiếp tục chơi bài vì em tin mình có thể lấy lại tiền và ngừng chơi.
- Dùng việc chơi bài làm phương tiện để trốn tránh hoặc quên đi các vấn đề của mình.
- Thân nhân hoặc bạn bè lo ngại là việc chơi bài của con quý vị sẽ trở nên nghiêm trọng.
- Không phải người nào gặp nguy cơ bài bạc cũng có tất cả các hành vi kể trên.

**Nếu quý vị nghĩ là con mình đang chơi bài hoặc chơi bài quá mức thì quý vị có các cách giải quyết kể cả việc tìm sự trợ giúp chuyên môn. Sau đây là một số bước tổng quát để theo:**

- Tìm thông tin về bài bạc và các nguy cơ của nó.
- Biết rõ về các hiệu biết và hành vi bài bạc của chính mình.
- Khuyến khích thảo luận và đặt câu hỏi về việc bài bạc.
- Lắng nghe khi con quý vị nói.
- Đặt ra các giới hạn về thời gian, số tiền và mức độ đi chơi bài nếu vấn đề này không trầm trọng lắm.

# 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).**