

# 賭博

By 5B 11 關柏思



## 賭博原因

### ① 貪心

- 嫌自己擁有太少錢，想要多點錢

### ② 好奇

- 受親朋戚友影響，被介紹賭博，因好奇而開始賭博
- 想試試賭博的刺激
- 想試試贏錢的感覺

### ③ 壓力

- 覺得工作／學習壓力很大，想「放鬆」一下
- 自尊低落，自我價值低，覺得自己很沒用

### ④ 逃避現實

- 因悲傷的事情，而視賭博為避難所等

### ⑤ 個人想像

- 認為自己的賭術很厲害，每次都會贏錢
- 以為賭博一定是以小博大

NO MORE GAMBLING

## 賭博影響

贏到金錢，想再贏，想試多次

第一次賭博

贏不到金錢，不服氣，想試多次

越試越想繼續試

親朋戚友覺得自己整個  
人變了

直至破產，  
才知道自己亂花了很多  
錢

不停借錢

又以賭博方  
式來嘗試贏  
錢去還錢

輸錢，不能  
還錢

被絕交

感到慚愧

很想死，  
甚至自殺

覺得孤  
單

# 拒絕方法



嗨！  
我們一起去  
賭博吧！

No !

我不去呀！

直接拒絕



哎呀！人有三急，  
我要上廁所啊！

走為上著



賭博是有害的，  
我們都不要賭吧！

反客為主



# 重過新生

嗚……我該怎  
麼戒賭呀！

我教你  
幾招吧！

致電戒賭熱線：  
183 4633 / 7426 6262 /  
2748 7207 以幫助  
戒賭。

收到！

戒賭後，  
①要避免接觸賭博  
的人，以免再賭博。  
②找一點自己的興趣，  
例如：運動、畫畫、烹調。

知道了！

真的太感謝你了！  
我會好好執行的！

加油！  
我支持你！

THX



# 資料來源

## 戒掉賭博

HAPPY



資料類型	作者	出版日期	資料名稱	出版社／連結
------	----	------	------	--------

電子書

鄧耀祖、陳佩思、陳志華、許嘉豪

2010年9月

想你唔賭——  
助人自助戒賭輔導

突破出版社

電子小冊子

路德會青亮中心

2018年7月

閃亮戒賭自助手冊

[https://sunshine-ccg.hkls.s.hk/images/book/shine\\_stories.pdf](https://sunshine-ccg.hkls.s.hk/images/book/shine_stories.pdf)

網站

平和基金

N/A

求助錦囊(戒賭服務)

<https://www.donotgamble.org.hk/tc/helpdesk1.php>