

在康涅狄格州

# 大学生 安全娱乐

您是否问过自己“我的朋友有博彩方面的问题吗？”

如果答案是肯定的，您可能看到了令自己担心的迹象。



人们在博彩过程中会遇到问题，就像会遇到药物滥用问题一样。了解更多关于警告标志、安全博彩的操作步骤以及如何获得他人帮助的相关内容。

## 什么是游戏和/或博彩？

当一个人参与某种活动，冒着一定的经济风险来赢得某些东西时，这种活动被称为博彩。

属于博彩的活动类型包括：

- ➔ 摇奖彩票（纸牌、扑克、轮盘赌、老虎机等）
- ➔ 彩票游戏（强力球、百万富翁等）
- ➔ 场外投注（OTB）
- ➔ 在线赌场网站和应用
- ➔ 提供应用内购买功能的在线游戏，如战利品盒
- ➔ 刮刮乐彩票
- ➔ 体育博彩和虚拟竞技游戏应用
- ➔ 股票和加密货币——如果您试图把握市场的短期收益具有货币价值的物品包括：
  - ➔ 现金
  - ➔ 信用卡收费
  - ➔ 行动或服务，如请客吃饭或执行任务
  - ➔ 有形物品（衣服、配件、电子产品等）



## 校园博彩活动很常见

18%

的人每周或更频繁地参与博彩活动<sup>1</sup>



四分之三  
的大学生在过去一年里曾参与过博彩活动<sup>1</sup>

10%

在博彩过程中遇到问题<sup>2</sup>

## 博彩与心理健康和药物滥用有关<sup>3</sup>

- ❗ 酒精使用障碍
- ❗ 焦虑症
- ❗ 情绪障碍
- ❗ 尼古丁依赖
- ❗ 人格障碍
- ❗ 自杀风险

## 某人可能需要帮助的迹象

- ❗ 借钱进行博彩活动
- ❗ 追回损失 - 为了赢回损失的钱而不断进行博彩活动
- ❗ 夸大赢得的金额或减少损失
- ❗ 从事博彩活动时感到烦躁或易怒
- ❗ 对亲朋好友或其他人撒谎，隐瞒自己在博彩上花费的时间或金钱
- ❗ 因博彩而失去或冒险失去人际关系、学校活动或工作机会
- ❗ 寻求帮助以弥补经济损失
- ❗ 花费大量时间进行博彩活动或计划进行博彩活动



## 避免博彩风险的操作步骤

避免游戏和博彩风险的最好方法是杜绝此类活动。如果非要尝试一下，下文提供了一些安全方法。

- ✔ 要知道游戏和博彩始终充满风险
- ✔ 了解游戏的规则、风险和几率
- ✔ 用所有收入和支出制定每月预算，只使用专门用于娱乐的资金进行博彩活动
- ✔ 千万不要借钱进行博彩活动
- ✔ 切勿使用本来用于其他目的（比如食物或房租）的资金。
- ✔ 设定博彩消费限额，请勿超过这个限额
- ✔ 设定博彩时间限制，并在达到该限制时停止博彩活动
- ✔ 从事博彩活动时避免饮用酒精和其他物质
- ✔ 如果您担心自己的心理健康，请在玩游戏或进行博彩之前寻求帮助



扫描以获取更多信息

## 帮助渠道

康涅狄格州博彩问题求助热线 - (888) 789-7777

康涅狄格州博彩问题委员会 - [ccpg.org/chat](http://ccpg.org/chat)

心理健康和成瘾服务部 - [ct.gov/dmhas/pgs](http://ct.gov/dmhas/pgs)



来源

1. Barnes GM, Welte JW, Hoffman JH, Tidwell M-CO. 美国大学生和没有上过大学的年轻人博彩及饮酒对比。美国大学健康杂志。2010年；58（5）：443 - 452。
2. Nowak, D.E. 1987-2016年大学生病态和问题博彩率及其相关调节因素的meta分析综合与检验 | *Gambl Stud*. 2018年；34:465 - 498。
3. 药物滥用和精神健康服务管理局。（2014年）。博彩问题：行为健康服务提供商简介。咨询，第13卷，第1期。