

香港社會賭風日趨熾熱，賭禍危及不少家庭。根據香港理工大學於二零零八年十二月發表的調查結果，顯示香港有廿七萬名問題和病態賭徒，即同時影響為數廿七萬個 家庭。筆者從過往的輔導個案中發現一個賭徒的傷害是可延及三代—上一代是父母，及致自己和自己的配偶及兄弟姊妹，下一代是自己的子女。

賭徒的問題大多數都會禍及身邊的家人，而家人因賭徒沉迷賭博，往往承受了極大的創傷，例如永無止境地替賭徒償還龐大的債務，導致家庭經濟崩潰。賭徒屢次戒賭 的承諾，絕大部分因未有履行而引致家庭及婚姻關係破裂。又因債主不斷向家人滋擾，導致他們終日生活在誠惶誠恐的陰影中。在賭徒戒賭康復的過程中，家人的角 色是很重要。沒有家人愛心的包容、接納、尊重、支持、協助和鼓勵，復賭的機會往往是很大。

代還債務-能改過嗎？

大 部分的家人都只會想著如何幫助賭徒還債，並以為可感動賭徒從此改過自新，脫離賭博的習慣。只可惜這樣做卻會間接助長賭徒再去賭。當無債一身輕時，賭徒自然 很快便忘記教訓而再去賭錢。首先要賭徒知道承擔「一人做事一人當」的責任，和「誰借誰還」的道理。因為若賭徒每次借錢去賭博，而家人卻代還錢時，賭徒的還 錢責任便消失了，反而感覺並不需要為此而負上責任，變本加厲再賭的機會便大大提升。

很 多家庭曾多次幫助賭徒還債，在耗盡所有金錢時才求助，雖然不會太遲，但已經枉費大量金錢及時間了。由此可見，替賭徒還錢是不能令他們戒賭的。然而，家人要 清楚明白賭徒的行為已經不能用理性去解釋了。很多賭徒都明知賭博是錯的，但仍要繼續去賭，當中已涉及「成癮行為」及「非理性想法」的問題。

成癮行為

賭 博一旦上癮，為何會難以戒掉呢？又為何賭癮會愈賭愈深，不能自拔呢？在心理學上的解釋是，人類的本性是尋求快樂，逃避痛苦。當有痛苦出現的時候，有些人會 盡力去解決，以減輕痛苦的持續。但也有些人卻用錯了方法去處理問題，例如有人以為贏了大錢就可以一次過解決所有問題，所以不斷去賭。好些人用不同的方法去 逃避，而沒有正視問題的根源，尋求最佳的解決方法。對那些找錯方法逃避痛苦的人就是藉吸毒、酗酒和賭博麻醉自己。而選擇賭博的人會在賭博的時候，將所有的 煩惱忘記得一乾二淨，當問題再次出現時，便會以同樣的方法逃避，即再去賭博，卻沒有找出解決自己問題的方法。繼續逃避只會帶來更多負面的後果，最明顯的 就是債台高築。當欠債問題日趨嚴重時，當事人會感到比以前更痛苦，更沒有勇氣去面對和處理，於是又會沿用以往的行為去逃避，愈是逃避，問題就愈積愈深，問題 愈深就愈想逃避，久而久之，逃避的方法便會變為成癮行為，循環不息，要戒除便會很困難。

由此可見，成癮並不是一日之間就能形成，而是一個循環的模式，包括有五個階段：

痛苦的引發→ 解除痛苦→ 逃避行為產生的罪疚感→ 再用逃避去消除痛苦和罪疚感→ 成癮行為變為循環模式不斷出現

家人與賭徒如何一起打破成癮行為循環模式？

家人與賭徒須一同面對和處理

- 要辨別賭徒自己持續成癮的原因
- 要更準確瞭解及分辨賭徒自己的痛苦感受
- 要留意賭徒自己賭博的觸發機能
- 須尋求心靈及賭博心理輔導的治療

賭徒非理性的想法：

錢財物質價值觀 錯誤的價值觀導致賭徒以為錢是世上最重要的，因為錢可以帶給滿足感和安全感，還可以享受安逸富裕的生活。這是基於懶惰、想不勞而獲的心態，以為賭博是最快賺錢的方法。

自我中心 固執的性格帶來賭徒的自我中心，自以為是，主觀，不聆聽別人的說話。所以他們會認為自己可以控制自己的賭博問題，常常埋怨家人及其他人的不體諒，甚至責怪他們不了解自己，不明白他的苦衷。

自尊心強 死要面子，就是賭徒的心態（特別是男性），面對自己的誠信、責任、道德和尊嚴都因賭博而失去時，其自相矛盾的心態便隨之出現，一方面做不到要向人承諾的責任，而另一方面又要保留自己的自尊。

心有不甘 是賭徒最大的致命傷，往往成為復賭的最大原因。常常為自己留有空間繼續去「追」。「有賭未為輸」就是他們的座右銘，常常緬懷曾經贏錢的經驗，覺得自己是可以再戰江湖，收復失地，加大注碼贏大錢，博多鋪。

依附性強 因為家人的所謂愛心（溺愛），不離不棄，做成了賭徒的依賴性，輸了錢，會有人進貢幫助的心態。因此，當家人朋友幫他還錢，便助長他的復賭機會。

自圓其說 賭徒要賭的時候，就是藉口多多，理由多多，還會把賭博美化為高尚娛樂，甚至連犯案偷竊都說為「與一般賊不一樣」，只是暫時一借而矣。推捨責任，抬舉自己的賭博行為，貶低別人，盡是一班。

總結 基於以上有關病態賭徒的各樣性格和心態問題，家人可鼓勵賭徒一起尋求戒賭機構輔導員協助，讓他們知道賭癮是可以戒除，明白他們的賭博行為與認知是可以治療及改變的，鼓勵嘗試對透過自我認識去了解自己的性格，從而改變自我為中心、反社會性格，建立良好的人際關係，學習如何面對和處理以致能舒緩自己的壓力，能控制或排除對賭博的非理性的信念，重新建立正面的價值觀，不再自信技術和運氣，腳踏實地面新生活，夫婦及家人重建彼此互信的關係，接納自己要負財務責任及每月有財政預算去償還債務，發展與賭無關的健

康餘暇興趣，積極關注及處理其他與賭博有關的問題，多出席康復小組及定期見輔導員，更可透過信仰的靈性成長幫助 改變，脫離賭博的網羅。