

# CỜ BẠC NGÀY NAY

Tập Hướng Dẫn Về Vấn Đề Cờ Bạc



Leading the Way to an Addiction Free Society  
Gambling Handbook (Vietnamese)

# CỜ BẠC NGÀY NAY

Tập Hướng Dẫn Về Vấn Đề Cờ Bạc



**Ấn Bản Tiếng Việt**

**Được Xuất Bản Do:**



**(Dịch Vụ Giúp Đỡ Về Vấn Đề Nghiện Ngập tại Manitoba)**

**[www.afm.mb.ca](http://www.afm.mb.ca)**

**2004**

Để nhận thêm những phụ bản của **CỜ BẠC NGÀY NAY: Tập Hướng Dẫn Về Vấn Đề Cờ Bạc** xin quý vị vui lòng liên lạc với

Addictions Foundation of Manitoba  
William Potoroka Memorial Library  
1031 Portage Avenue  
Winnipeg, MB R3G 0R8

Phone: (204) 944-6277  
Fax: (204) 772-0225  
e-mail: library@afm.mb.ca  
Website: www.afm.mb.ca

Quý vị có thể tự in lại những phần trong tập chỉ dẫn này với mục đích để sử dụng trong các buổi họp, các buổi hội thảo hay trong các lớp học với sự công nhận tập hướng dẫn này thuộc về cơ quan Addictions Foundation of Manitoba. Tuy nhiên cơ quan dịch vụ xin được giữ lại tất cả các quyền sở hữu khác. Do đó, việc sử dụng tập hướng dẫn này dù nhiều hay ít nếu ngoài mục đích đã nêu ra ở trên sẽ bị cấm ngặt nếu không có sự đồng ý trên giấy tờ của AFM.

ISBN: 1-894684-18-4  
In tại Canada 2004  
Handbook designed by Peter Yeung

Có phụ bản bằng tiếng Anh.  
Có phụ bản bằng tiếng Pháp.  
Có phụ bản bằng tiếng Phi Luật Tân.  
Có phụ bản bằng tiếng Hoa.  
Có phụ bản bằng tiếng Lào.

## Lời Cảm Tạ

Tập hướng dẫn này đã được cô Esther Trần, cố vấn viên của AFM soạn thảo cùng với sự đóng góp của Eva Golden, Gerry Kolesar, Deb Kostyk, Susan Maxwell, Bill Smitheringale, Don Ward và Susan Van Hull. Xin chân thành cảm tạ sự đóng góp công sức của những người này trong việc tạo dựng nên tập chỉ dẫn này.

Chúng tôi cũng xin gửi lời cảm ơn đặc biệt đến những thành viên của các cộng đồng Đông Nam Á tại tỉnh Manitoba đã sẵn sàng chia sẻ sự hiểu biết và kinh nghiệm về những khó khăn của việc nghiện cờ bạc.

# Mục lục

---



Vấn Đề Cờ Bạc Trong Xã Hội Ngày Nay .....	2
Nguyên Nhân Đưa Đến Việc Cờ Bạc và Các Hình Thức Của Cờ Bạc . . . .	4
Sự Hiểu Biết Về Cờ Bạc .....	5
Cờ Bạc và Sự Nghiền Cờ Bạc .....	8
Tại Sao Người Ta Nghiền Cờ Bạc ? .....	9
■ Động Lực Bên Ngoài	
■ Động Lực Bên Trong	
Câu Chuyện Của Anh Lâm .....	14
Những Dấu Hiệu Của Việc Nghiền Cờ Bạc .....	16
Ảnh Hưởng Của Cờ Bạc Trong Đời Sống .....	18
Làm Thế Nào Một Người Có Thể Chơi Cờ Bạc Với Sự Tự Chủ .....	19
Những Điều Phải Làm .....	21
Việc Nghiền Cờ Bạc và Gia Đình .....	23
Tại Sao Việc Nghiền Cờ Bạc Lại Khó Có Thể Giải Quyết Được? .....	26
Con Đường Đi Tới .....	28
Vài Nét Về Cơ Quan Addictions Foundation of Manitoba .....	29

# LỜI GIỚI THIỆU

## Thưa quý độc giả

Nếu quý bạn là một trong những người:

- thỉnh thoảng đánh bạc để giải trí, hoặc
- có thân nhân hoặc bằng hữu chơi cờ bạc, hoặc
- đang gặp nhiều khó khăn vì cờ bạc, hoặc
- muốn tìm hiểu thêm về vấn đề cờ bạc

Thì tập hướng dẫn này được dành cho quý bạn.

Trong tập chỉ dẫn này chúng tôi cung ứng cho quý bạn một cái nhìn chung về việc cờ bạc. Đồng thời chúng tôi cũng cung cấp cho quý bạn một số những dữ kiện khác ít được đề cập tới về vấn đề cờ bạc như:

- việc cờ bạc thực sự tiến hành như thế nào
- những tin tưởng sai lầm về việc cờ bạc
- nguyên do tại sao một số người gặp khó khăn khi đánh bạc trong khi những người khác không gặp
- ảnh hưởng của đời sống văn hoá đến phương cách giải quyết những vấn đề liên quan đến cờ bạc như thế nào

Mục đích của tập hướng dẫn này không phải nhằm khích lệ cờ bạc hay chống lại việc đánh bạc. Thực ra, chúng tôi chỉ muốn trình bày cho quý bạn một hình ảnh rõ ràng hơn về việc cờ bạc và như thế có thể giúp người đọc tạo nên được những quyết định trung thực về vấn đề này.

Nếu quý bạn là người đang gặp khó khăn do việc đánh bạc gây ra, chúng tôi khuyến khích quý bạn nên tìm kiếm những dịch vụ trợ vấn chuyên nghiệp để giúp giải quyết những khó khăn trong hoàn cảnh của quý bạn. Việc nghiên cứu cờ bạc là một vấn đề phức tạp và những nhân viên chuyên nghiệp có thể giúp quý bạn giải quyết được những khó khăn ấy một cách hữu hiệu hơn.

Chúng tôi chân thành hy vọng rằng tập hướng dẫn này sẽ mang đến cho quý bạn những điều cần biết và hữu ích.

# VẤN ĐỀ CỜ BẠC TRONG XÃ HỘI NGÀY NAY

**N**gay từ thuở ban đầu trong lịch sử loài người, vấn đề cờ bạc đã là một phần của xã hội. Ngày nay cờ bạc đã được hợp thức hoá và không ngừng mở rộng trên khắp toàn cõi Bắc Mỹ, cộng thêm vào đó là những hình thức đánh bạc mới lạ, đã làm cho việc đánh bạc trở nên phổ thông hơn. Đồng thời những số tiền thắng lớn, các sòng bài tráng lệ, và kỹ thuật dùng để tạo dựng nên các môn chơi đều làm cho việc đánh bài trở nên hồi hộp và hấp dẫn hơn lúc trước.

Cờ bạc và những quan niệm về sự may rủi, xác suất không xa lạ gì trong những sinh hoạt tại quê hương của người Á Đông. Nhưng đối với rất nhiều người Á Đông đến định cư tại Bắc Mỹ trong những thập niên gần đây, vấn đề cờ bạc ngày nay đã trở nên một tình trạng khác biệt.



## Quan niệm cũ, cờ bạc

- Được coi như môn chơi dành cho nam giới.
- Là một môn chơi dùng để nói lên sự cao sang, tài năng và quyền lực trong xã hội.
- Nói chung không được xã hội chấp nhận ngoại trừ một số môn chơi mang tính cách giải trí chứ không mang tính cách cờ bạc.
- Cơ hội cờ bạc một cách hợp pháp ít hơn.
- Những số tiền thắng nhỏ hơn.
- Các hình thức và môn chơi cờ bạc ít hơn và dễ hiểu hơn.

## Quan niệm mới, cờ bạc

- Lôi cuốn tất cả mọi tầng lớp trong xã hội không phân biệt nam nữ, giai cấp hoặc mức lợi tức.
- Là một hình thức giải trí và tiêu khiển.
- Được xã hội chấp nhận như một môn giải trí nếu hợp pháp.
- Các sòng bài đầy rẫy không thiếu nơi nào và hầu hết các môn cờ bạc đều được hợp thức hoá.
- Cho số tiền thắng lớn.
- Kỹ thuật tân tiến hơn và các môn chơi khó hiểu hơn.

Những thay đổi ở trên là những thử thách căng thẳng cho người đánh bạc thuộc các cộng đồng Á Đông ở Bắc Mỹ. Các hình thức đánh bạc ngày nay đòi hỏi người chơi phải có những kiến thức rộng lớn hơn về vấn đề cờ bạc, phải có những cái nhìn mới trong vấn đề cờ bạc, và có những phương cách hữu hiệu hơn khi giải quyết những vấn đề này. Hiện nay, vấn đề cờ bạc thay đổi một cách quá mau lẹ khiến người chơi dễ bị lôi cuốn và hăng chân khi gặp đến vấn đề này.

Sự nghiện cờ bạc có thể đưa đến những tai hại không lường được. Các cuộc khảo cứu đã cho thấy rằng riêng tại Bắc Mỹ khoảng năm phần trăm của tổng số người đánh bạc là trở thành những người nghiện đánh bạc. Cho dù đây chỉ là một con số nhỏ nhoi nhưng bất cứ người nào đã từng đánh bạc đều có thể nằm trong con số này. Một trong những phương pháp dùng để tránh đi những cơ hội dẫn đến việc



nhghiễn cờ bạc, và để đương đầu với những thay đổi mới của vấn đề cờ bạc ngày nay, là bắt đầu tạo cho mình một kiến thức rộng rãi về vấn đề này.

## Quan niệm cũ của xã hội về sự nghiện cờ bạc

- Sự nghiện cờ bạc được coi như là một điều đáng sỉ nhục.
- Người nghiện cờ bạc không còn cách cứu chữa.
- Việc nghiện cờ bạc là vấn đề cá nhân chỉ ảnh hưởng đến người chơi và thân nhân của họ.
- Những khúc mắc của vấn đề nghiện cờ bạc không được hiểu tường tận.

## Quan niệm mới của xã hội về sự nghiện cờ bạc

- Sự nghiện cờ bạc được xem như một cái tật xấu có thể sửa đổi được.
- Việc người nghiện cờ bạc tìm kiếm sự giúp đỡ là chuyện bình thường.
- Cờ bạc thái quá sẽ ảnh hưởng đến bản thân người đánh bạc, thân nhân và những người chung quanh.
- Nhiều chương trình nghiên cứu về sự nghiện cờ bạc đang được thực hiện.

# NGUYÊN NHÂN ĐƯA ĐẾN VIỆC CỜ BẠC VÀ CÁC HÌNH THỨC CỦA CỜ BẠC

## Tại sao người ta đánh bài bạc?

**N**gày nay, mục đích chính của các môn cờ bạc đã được hợp thức hoá là để giải trí và tiêu khiển; nhưng cũng có người đánh bạc vì những nguyên nhân khác và qua thời gian, những nguyên nhân này có thể thay đổi. Người ta có thể đánh bạc để:

- thắng các món tiền
- có những cảm giác hứng thú và hồi hộp
- quên đi những cảm giác cô đơn và buồn chán
- có cảm giác thách đố
- lên tinh thần và thấy có thể lực
- tránh khỏi sự căng thẳng trong gia đình, sợ làm hoặc trường học

## Người ta chơi những môn cờ bạc nào?

Các môn cờ bạc mà cả nam lẫn nữ giới đều cùng chơi được là:

- vé số (lotteries)
- các môn chơi tại sòng bài thí dụ như xì-dách (black-jack), ru lê (roulette), xì-tố (baccarat)
- cá ngựa (race track betting)
- đánh cá các môn thể thao (sport betting)
- đầu cơ (speculative investment)
- chơi lô tô (bingo)
- các trò chơi điện tử như máy kéo (slots, VLTs), keno, video poker
- các loại vé cào hoặc xé mở (breakopen or scratch tickets)
- sổ số (raffle)
- cờ bạc trên mạng (internet gambling)

Cộng thêm vào những môn cờ bạc phổ thông tại các sòng bạc như xì-dách, ru-lê, paigao, xì-tố và các loại vé số, đã có những dấu hiệu xác định rằng nhiều người dân Bắc Mỹ gốc Á Đông cũng vẫn còn chơi các môn cờ bạc truyền thống như mahjong. Hầu như những môn cờ bạc truyền thống thường được chơi tại tư gia, câu lạc bộ riêng hoặc trong các quán ăn với mục đích để giải trí hoặc để xát phạt lẫn nhau.

Những nguyên nhân đưa đến việc bài bạc hoặc đến việc chọn lựa các môn cờ bạc không phải là vấn đề chính, điểm cốt yếu ở đây là người chơi phải hiểu những quy luật chung về cờ bạc. Trong những trang kế tiếp, chúng ta sẽ bàn thêm về những quy luật đó.





**T**rong khi hầu hết mọi người đều biết cách chơi một môn cờ bạc nào đó, rất nhiều người không hiểu cách thức các môn bài bạc thực sự tiến hành như thế nào hay tại sao họ sẽ dần dà bị thua. Cho dù đó là môn xì dách (blackjack), roulette, các môn điện tử hay các môn khác, những yếu tố sau đây đều được áp dụng.

## Lợi Điểm Của Nhà Cái (House Advantage)

**L**ợi điểm của nhà cái chỉ là những lợi điểm đã được tính toán cho nhà cái hoặc chủ sòng bài trên hầu hết các cây bài mà người chơi bài muốn đặt. Lợi điểm của nhà cái đã được sắp đặt vào các môn chơi để sòng bài hoặc chủ bài rút cục sẽ ăn tiền của người chơi. Lợi điểm của nhà cái xuất hiện dưới nhiều hình thức gồm có:

- “trả theo xác suất” của sòng bài (casino odds) cho các bàn thắng thay vì trả theo xác suất thực sự (true odds) cho hầu hết các môn cờ bạc.
- thu tiền hoa hồng (commission) trên các bàn thắng (thí dụ như bài baccarat)
- đảm bảo rằng các luật lệ chơi luôn ưu thế cho chủ sòng. (Thí dụ người chơi có thể bị ngoắc –bust- trước khi chủ sòng rút thêm bất kỳ cây bài nào trong môn xì dách –blackjack)



Xác suất của sòng bài hay xác suất trúng tiền không phải là xác suất thực sự của các môn cờ bạc. Thí dụ trong môn roulette có 37 số trên vòng quay. Xác suất thực sự để chọn số trúng là 1 trên 37 nhưng nếu người chơi thắng họ chỉ trả 35 trên 1 mà thôi. Sự khác biệt này cho nhà cái có lợi điểm để đảm bảo rằng về lâu về dài nhà cái sẽ ăn tiền thôi.

Trong thời gian ngắn, người chơi có thể thấy họ thắng hoàn toàn nhờ may

mắn, nhưng càng chơi lâu hơn họ chắc sẽ thua tiền vì yếu tố lợi điểm của nhà cái.

Những hình thức khác của lợi điểm nhà cái như là tiền hoa hồng trên các cây bài thắng hay luật lệ của các môn chơi cũng có ảnh hưởng tương tự như trả tiền trúng ít hơn xác suất thực sự cho người chơi. Một vài môn chơi có lợi điểm cho nhà cái nhiều hơn các môn khác, nhưng tựu trung tất cả các môn chơi trong sòng bài đều có sự sắp đặt cho lợi điểm của nhà cái.

Một số người chơi bài không hoàn toàn hiểu các yếu tố này và cảm thấy họ đã bị lừa gạt sau khi thua tiền sau một thời gian dài. Thật ra sòng bài không cần phải lừa gạt hay sắp xếp gian lận các môn chơi. Sòng bài đã có lợi điểm của nhà cái ứng dụng vào các môn chơi để đảm bảo rằng về lâu về dài họ sẽ ăn tiền của người chơi. Những gì mà người chơi cảm nhận thấy thực ra chỉ là phản ảnh trung thực của các môn chơi cờ bạc.

## Sự Tinh Cờ Ngẫu Nhiên (Randomness)

**M**ột yếu tố quan trọng khác là các môn chơi ở sòng bài được căn cứ theo các sự kiện ngẫu nhiên. Sòng bài đảm bảo rằng tất cả các môn chơi đều là ngẫu nhiên và không thể đoán trước được. Nếu người chơi muốn tìm ra một hệ thống để tiên đoán cái gì có thể xảy ra kế tiếp là một điều không thể làm được.



Thí dụ:

- các môn chơi điện tử như máy kéo (slots/VLTs) có một cái chip điện tử tên là Random Number Generator - bộ phận tạo ra các số ngẫu nhiên - liên tục tạo các con số ngẫu nhiên ngay cả khi không có ai chơi kéo máy đó. Khi người chơi bấm nút hay kéo máy, giống như mình nhắm mắt thò tay vào một giòng sông của các con số và kéo một số ra để bỏ lên màn ảnh. Nếu con số này là một con số trúng (một cây bài xì phé thắng hay các cây bài hỗn hợp thắng) người chơi được trúng, nếu không thì người chơi bị thua. Rủi ro thay số thua là luôn luôn có nhiều hơn số trúng trong giòng sông này.
- Trong các môn chơi như là roulette, vị trí mà viên bi sẽ dừng lại trên bàn quay là hoàn toàn ngẫu nhiên.

- Trong môn chơi xì dách không ai có thể biết chắc rằng lá bài nào sẽ được lật lên kế tiếp từ cỗ bài.

Cho hầu hết các môn chơi ở sòng bài, khi người chơi trở nên quen thuộc hơn với một môn chơi thì rất tự nhiên là họ sẽ thấy có những sự trùng hợp xảy ra. Tuy nhiên ngay cả khi họ thấy tưởng chừng như sự trùng hợp một vài lần, sự trùng hợp này chỉ phản ánh những sự việc đã xảy ra trong quá khứ. Cái gì sẽ xảy ra trong tương lai sẽ xảy ra trên căn bản ngẫu nhiên; sự kiện kế tiếp không thể đoán được và không ai có thể biết chắc chắn điều gì sẽ xảy ra ở tương lai.

## Sự Độc Lập Của Các Sự Kiện (Independent of Events)

**M**ột sự thật khác về các môn chơi ở sòng bài là: mọi sự kiện trong một môn chơi xảy ra là hoàn toàn độc lập, hoặc một phần độc lập từ những sự kiện khác trong môn chơi đó. Những gì đã xảy ra có ảnh hưởng rất ít hoặc không có ảnh hưởng gì đến những điều sẽ xảy ra kế tiếp.

Thí dụ như :

- Trong môn chơi roulette, mỗi lần viên bi dừng lại trên bàn quay là hoàn toàn độc lập với những lần khác. Viên bi không có trí nhớ của những vòng quay trước đó và dừng lại ở bất cứ điểm nào trên vòng quay trên một căn bản ngẫu nhiên.
- Môn chơi như xì dách (blackjack) không độc lập hoàn toàn bởi vì khi một lá bài được rút, sự cấu trúc của cỗ bài còn lại sẽ thay đổi, do đó sẽ ảnh hưởng đến kết quả sau đó của môn chơi. Trong khi các sự kiện trong môn xì dách tùy thuộc một phần nào vào nhau, nhiều bộ bài đã được xử dụng và luật lệ của sòng bài đã làm cho người chơi không thể tiên đoán chắc được kết quả của môn chơi.



Sự độc lập của các sự kiện và sự ngẫu nhiên là các khái niệm quan trọng. Nếu hiểu lầm, những niềm tin sai lầm và méo mó về cờ bạc (chẳng hạn như vận hên, vận xui hay xém trúng) sẽ xảy ra. Các cuộc khảo cứu cho thấy rằng những người nghiện cờ bạc thường kém hiểu biết về các khái niệm này làm cho họ thường có những niềm tin sai lầm nhiều hơn những người không nghiện cờ bạc.

# CỜ BẠC VÀ SỰ NGHIỆN CỜ BẠC

## Sự khác biệt gồm những gì?

**H**ầu hết trong mọi xã hội, có người thì cho rằng việc đánh bạc là để giải trí, mua vui trong khi đó những người khác lại coi đó là điều đáng tránh. Nguyên nhân nào đã đưa đến những mâu thuẫn như vậy?



Một trong những câu trả lời có thể giải thích được khúc mắc ở trên là vì kinh nghiệm của mỗi người trong vấn đề cờ bạc có thể dẫn đến những thái độ khác nhau trong vấn đề này. Có người chỉ chơi bài cho vui và việc cờ bạc của họ không có ảnh hưởng đến mọi mặt khác trong cuộc sống của họ. Ngược lại, có những người đánh bạc một cách thái quá và việc cờ bạc của họ đưa đến những khủng hoảng về tài chánh, mối quan hệ với những người chung quanh và sức khoẻ của chính bản thân họ và những người khác trong gia đình. Những người có cơ hội nhận thức ra được những ảnh hưởng tai hại do sự nghiện cờ bạc gây ra thường hay có những tư tưởng đối nghịch lại việc đánh bạc.

Cờ bạc và nghiện cờ bạc bao gồm những môn chơi giống nhau nhưng kinh nghiệm và thói quen của những người chơi thì lại khác biệt. Một số những sự khác biệt đó được liệt kê dưới đây.

### Tâm mức của thói quen đánh bạc

không đánh bạc

đánh bạc cho vui

nghiên đánh bạc

#### Người đánh bài bạc cho vui:

- có giới hạn về tiền bạc và thời gian khi chơi
- số tiền bị thua vì cờ bạc là số tiền dư đã được để dành riêng cho những thú tiêu khiển
- chơi bài để giải trí cùng bạn bè
- có thái độ “hy vọng mình sẽ thắng” nhưng chấp nhận rằng “nhà cái sẽ có nhiều cơ hội thắng hơn mình”
- nhận thức được rằng việc bài bạc chỉ là một trò chơi

#### Người nghiện đánh bài bạc:

- bất kể thời gian và tiền bạc
- gặp những khó khăn về mặt tài chánh
- gặp khó khăn trong vấn đề quan hệ, công việc làm ăn và tinh thần
- cảm thấy xấu hổ về việc bài bạc
- lúc nào cũng nghĩ đến việc đánh bạc
- mượn tiền để đánh bạc
- đánh bạc để gỡ lại những gì đã thua lỗ
- đánh bạc đến khi cạn túi tiền
- ao ước một cách tuyệt vọng rằng: “Minh sẽ thắng”, “Minh phải thắng”

Đối với hầu hết những người đam mê cờ bạc, không phải chỉ trong vòng một sớm một chiều mà họ vướng vào việc nghiện đánh bạc. Lúc đầu họ chỉ chơi với mục đích là để tiêu khiển và rồi từ họ bị lôi cuốn vào việc đánh bạc một cách nghiêm trọng hơn. Những người đã lỡ đam mê cờ bạc thường hay đi qua một khuôn mẫu chung của sự nghiện cờ bạc dưới đây

<p><b>1. Trong Giai Đoạn Thắng</b> Người chơi thường:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• không thường xuyên đánh bạc</li> <li>• thắng lớn hoặc thường hay thắng</li> <li>• cờ bạc mang đến sự hồi hộp</li> <li>• càng ngày càng đánh lớn</li> </ul>	<p><b>2. Trong Giai Đoạn Thua</b> Người chơi thường:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• lúc nào cũng chỉ nghĩ đến cờ bạc</li> <li>• mượn tiền để đánh bạc</li> <li>• hay nói dối với những người trong gia đình; cảm thấy buồn bực</li> <li>• đi đánh bài một mình để gỡ lại số tiền đã thua</li> </ul>
<p><b>3. Trong Giai Đoạn Thất Vọng</b> Người chơi thường:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• không có khả năng thanh toán nợ nần</li> <li>• xa lánh gia đình và bằng hữu</li> <li>• dựa vào sự giúp đỡ của gia đình</li> <li>• lo sợ, hay đổ lỗi cho người khác</li> <li>• có thể làm những hành vi phạm pháp</li> </ul>	<p><b>4. Trong Giai Đoạn Tuyệt Vọng</b> Người chơi thường:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• cảm thấy đã đi đến đường cùng</li> <li>• thấy không muốn sống và có ý định tự tử</li> <li>• ly dị, bị tù</li> <li>• khủng hoảng tinh thần</li> </ul>

Lý do nào đã khiến cho một số người lúc đầu chơi cờ bạc để tiêu khiển sau đó trở thành người đam mê cờ bạc? Trong những trang kế tiếp, chúng ta sẽ phân tích những nguyên nhân đó để giúp chúng ta hiểu rõ hơn về vấn đề này.

**Ghi chú:** Mặc dù rằng rất nhiều người đánh bạc nằm trong khuôn mẫu ở trên, điều đó không có nghĩa rằng tất cả những người nghiện cờ bạc đều bắt đầu hoặc trải qua những giai đoạn đó. Việc nghiện cờ bạc cũng có thể bắt đầu vì những lý do khác hoặc đi theo một khuôn mẫu khác.

## TẠI SAO NGƯỜI TA TA NGHIỆN CỜ BẠC?

### Những động lực từ bên ngoài

- Quan niệm của xã hội về việc cờ bạc
- Những tâm trạng căng thẳng do việc di dân
- Việc tăng thêm cơ hội chơi cờ bạc
- Nền tảng gia đình
- Hình thức các môn chơi được thực hiện

# TẠI SAO NGƯỜI TA NGHIÊN CỜ BẠC ?

**T**hật là khó có thể giải thích một cách chính xác tại sao có người đam mê cờ bạc một cách thái quá trong khi những người khác không bị vướng vào vòng đỏ đen. Một số những yếu tố sau đây có thể giải thích được điều này.

### Những động lực từ bên ngoài

**Quan niệm của xã hội về việc cờ bạc:** Nếu trong lối sống của xã hội người ta coi việc cờ bạc là một hình thức giải trí vô hại nhưng lại coi việc nghiện cờ bạc là một dấu hiệu của sự yếu đuối về mặt phẩm hạnh thì những người đánh bạc có thể trở lên chủ quan và nghĩ rằng họ sẽ không bao giờ có thể bị mắc vào việc nghiện cờ bạc vì họ không phải là người xấu. Cách nghĩ này làm người lỡ nghiện cờ bạc dối lòng mình khiến họ cứ tiếp tục cờ bạc cho dù đời sống của họ đã bị ảnh hưởng một cách nguy hại do việc chơi cờ bạc của họ gây ra.

### Những tâm trạng căng thẳng do việc di dân:

Khi những người di dân bắt đầu cuộc sống tại một quốc gia mới, nhiều người sẽ vấp phải những chướng ngại về ngôn ngữ, phong tục tập quán, khó khăn về phương diện tài chính, sự cô lập của xã hội, hoặc những khó khăn khác do việc di cư đưa đến. Nhiều người không chịu nổi những khó khăn ở trên và cảm thấy bất lực và rồi họ liền tiếp đánh bạc với niềm hy vọng rằng việc cờ bạc sẽ mang lại một thay đổi mới cho hoàn cảnh của họ.



**Việc tăng thêm cơ hội chơi cờ bạc:** Việc mở rộng các cơ hội chơi cờ bạc mang đến cho những người chơi có nhiều sự lựa chọn về cơ hội và các môn chơi. Trong khi đối với hầu hết những người chơi cờ bạc điều này không thành vấn đề thì đối với một thiểu số khác, cơ hội được đánh bạc dễ dàng đã khiến cho họ thấy khó có thể kiểm chế được thói quen cờ bạc của họ.

**Nền tảng gia đình:** Các cuộc nghiên cứu cho thấy rằng những người có cha mẹ nghiện cờ bạc thường hay có nhiều khuynh hướng trở thành những người nghiện cờ bạc hơn so với những người mà cha mẹ không nghiện cờ bạc .

**Hình thức các môn chơi được thực hiện:** Những đặc tính cấu tạo và việc dùng phương pháp kỹ thuật tân tiến trong các môn cờ bạc làm cho những môn này trở nên thật hồi hộp và quyến rũ cho một số những người đánh bạc. (Thí dụ như việc dùng đèn, âm thanh hoặc những quyến rũ bằng hình ảnh khác)

**Ảnh hưởng của các bàn thắng không định kỳ:** Một yếu tố khác tác động đến người đánh bạc là sự bất khả năng tiên đoán khi nào người chơi sẽ thắng. Nhiều người đánh bạc thấy thật khó khăn để rời sòng bài khi họ đang bị thua, nhất là khi họ nghĩ rằng họ có thể thắng trong ván bài kế tiếp. Và nếu khi một người đánh bạc đã từng trúng lớn, sự thúc đẩy việc đặt tiền vào các ván bài lại càng mạnh hơn: người đó luôn tưởng nghĩ lại những lần thắng và hy vọng cơ hội thắng sẽ đến nữa.

## Những động lực từ bên trong

**S**ự suy nghĩ không chín chắn, niềm tin tưởng tượng và hoang đường đưa đến cho người ham mê cờ bạc những lý do để tiếp tục chơi cờ bạc cho dù cờ bạc mang lại cho họ khó khăn trong đời sống. Những cách nghĩ sai lầm này làm họ dễ bị lôi cuốn vào vòng đở đen một cách thái quá. Sau đây là một vài thí dụ:

**Tròng cạm bẫy:** Những người nghiện cờ bạc bỏ rất nhiều thời gian, công sức và tiền của cho việc bài bạc. Sau một thời gian bị thua lỗ, họ bắt đầu cho rằng những sự hao mòn đó chẳng qua chỉ là một hình thức “đầu tư” chứ không phải là một cái giá mà họ phải trả trong khi chơi cờ bạc. Thay vì dứt khoát với việc cờ bạc của họ và chấp nhận sự thực này – vì qua thời gian tất cả những người chơi sẽ bị thua cho nhà cái, họ tiếp tục chơi để gỡ lại số tiền họ đã thua. Lối suy nghĩ này khiến người đánh bạc vướng vào một cái vòng luẩn quẩn nguy hiểm không lối thoát đưa đến việc tiếp tục cờ bạc bất kể sự thua lỗ.

## TẠI SAO NGƯỜI TA NGHIÊN CỜ BẠC?

### Những động lực từ bên trong

- Trông cạm bẫy
- Sự đánh lừa của việc làm chủ
- Lối nguy biện của người đánh bài
- Tính may mắn tuần hoàn hay sự tin tưởng vào vận đo
- Phương pháp đánh bạc
- Tin tưởng vào việc “gần thắng”
- Quan niệm theo đuổi
- Việc tin vào cái thói quen dự đoán

**Sự đánh lừa của việc làm chủ:** Người đánh bạc bắt đầu tin rằng những bàn thắng là do công sức của họ tạo ra (Thí dụ như việc họ thấy con lúc-lắc) hơn là sự tình cờ ngẫu nhiên của môn chơi hay của quân bài.

**Lối nguy biện của người đánh bài:** Đó là sự tin tưởng cho rằng nếu một việc đã lâu không xảy ra thì trước sau gì việc đó cũng sẽ xảy ra. Thí dụ như người đánh bạc tin rằng nếu đồng tiền đã lật mặt ngửa 9 lần liên tiếp, thì cơ hội đồng tiền lật mặt sấp của lần gieo kế tiếp sẽ rất cao. Trên thực tế xác suất của mặt ngửa và mặt sấp mỗi khi được gieo xuống lúc nào cũng sẽ là 50/50, cũng như trong tất cả những lần gieo trước. Khái niệm cho rằng mặt sấp sẽ có nhiều cơ hội hiện lên chỉ là một lầm lẫn thông thường mà rất nhiều người vấp phải khi đụng chạm với vấn đề ngẫu nhiên.

**Tính may mắn tuần hoàn hay sự tin tưởng vào vận đỏ:** Một số người tin vào vận may. Họ không thiết gì đến việc giới hạn cờ bạc vì họ cảm thấy rằng họ “đang gặp hên” hay “đang gặp vận đỏ”. Trên thực tế các mặt bài hiện lên hoàn toàn chỉ là sự ngẫu nhiên và tình cờ chứ không liên quan gì với nhau cả. Điều mà họ cho là “vận đỏ” chỉ là một sự tin tưởng sai lầm, không phải là bộ mặt thật của cờ bạc.

**Phương pháp đánh bạc:** Nhiều người chơi bài bạc tin rằng nếu họ nắm được phương pháp đặt tiền, họ có thể qua mặt được lợi điểm của nhà cái (thí dụ như: đánh cá với cơ hội có thể thắng gấp đôi hoặc thua hết –doubling up). Trong thời gian ngắn, họ có thể thắng các ván bài vì sự may mắn. Nhưng trong thời gian lâu dài, họ sẽ thua vì cách tính toán cho lợi điểm của nhà cái sẽ dần dà ăn hết số tiền của người chơi.

**Tin tưởng vào việc “gần thắng”:** Đây là niềm tin mà người chơi bài cảm thấy mình sắp thắng vì các ván bài họ đặt càng lúc càng gần những số thắng hơn. Trên thực tế, việc sắp thắng là không có vì trong các môn bài bạc, mỗi một ván bài không hề có hoặc chỉ có một phần liên quan rất nhỏ đến những ván bài



kế tiếp mà thôi. Vì vậy niềm tin vào việc “đến phiên mình thắng” của người đánh bài chỉ là một phần trong những tin tưởng sai lầm của họ.

**Quan niệm theo đuổi:** Quan niệm này cho rằng số tiền thua lỗ do việc cờ bạc không mất hẳn vì số tiền này vẫn có thể gỡ lại được.

**Việc tin vào cái thói quen dị đoan:** Một số người đánh bạc đặt niềm tin vào những món đồ, chuyện xảy ra, cử chỉ/hành động, hoặc cái thiên ứng (supernatural forces) có thể làm tăng hoặc giảm bớt cơ hội thắng các ván bài.

**Chỉ nhớ những gì muốn nhớ:** Một số người đánh bạc chỉ muốn nhớ những lần họ thắng nhưng không hề nghĩ đến -hoặc cố tình quên- những lần họ thua.

Cộng vào những niềm tin sai lầm này, thói quen đánh bạc cũng có thể bị ảnh hưởng bởi những yếu tố nội tâm khác. Thí dụ như cách phản ứng của người chơi khi bị thua, cách đối xử với những áp lực của bạn bè, lối đương đầu với những khó khăn của đời sống, hoặc có khuynh hướng phản ứng bùng bột, đều gây ảnh hưởng đến những thói quen đánh bạc của người đó. Rất tiếc là vì khuôn khổ giới hạn của tập hướng dẫn này, chúng tôi không thể bàn thêm về những yếu tố rất phức tạp vừa nêu ra. Để biết thêm chi tiết, xin quý bạn đến thư viện của cơ quan Addictions Foundation of Manitoba (AFM), vào mạng (website) của vấn đề nghiện cờ bạc, hoặc nói chuyện với những hướng dẫn viên chuyên nghiệp về những vấn đề nghiện ngập.

Câu chuyện kế tiếp là một thí dụ cụ thể trình bày việc một người bắt đầu chơi cờ bạc chỉ để giải trí và rồi tiến đến việc nghiện cờ bạc như thế nào.

# CÂU CHUYỆN CỦA ANH LÂM



**A**nh Lâm và vợ định cư tại Canada đã được hơn 15 năm. Hai đứa con của anh đều sinh trưởng tại quốc gia này. Cuộc sống mới có nhiều khó khăn và cả hai vợ chồng anh đều phải vất vả phấn đấu từ những bất đồng ngôn ngữ, khó kiếm được công ăn việc làm, cho đến những khó khăn khác mà rất nhiều người di dân như vợ chồng anh đã gặp phải khi đến định cư tại một quốc gia mới. Tuy vậy vợ chồng anh cũng tìm được công việc làm và sau một thời gian vất vả, cuộc sống của anh chị và các con tạm ổn định. Thỉnh thoảng anh Lâm cùng bạn bè đi đến các sông bạc để tìm vui trong giây lát. Anh chưa khi nào để việc đánh bài của mình vượt quá giới hạn.

Sáu tháng nay, hãng anh làm đóng cửa và anh Lâm bị thất nghiệp. Anh cố nhưng không tìm những công việc trả lương tương đương với đồng lương anh đã kiếm được trước đây. Cảm thấy lo lắng và xuống tinh thần, một ngày kia sau khi vợ anh đã đi làm, anh đi đến sông bạc với hy vọng



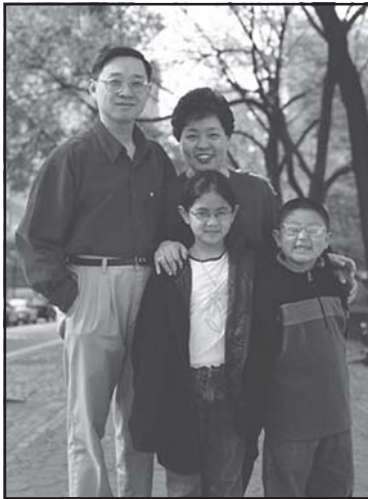
là đầu óc được khuấy khỏa không phải lo nghĩ đến những chuyện luẩn quẩn nữa. Gặp hên, anh thắng được một số tiền qua các ván bài xì-dách và anh cảm thấy lòng tràn đầy hứng khởi. Thế là ngày hôm sau anh quyết định trở lại sông bạc một lần nữa để thử thời vận.

Và rồi qua những ngày tháng kế tiếp, anh Lâm bắt đầu đánh bạc thường xuyên hơn và anh không hề thổ lộ với vợ anh về điều này. Đôi lúc anh gặp may thắng những món tiền lớn. Cho dù rằng số tiền đó không nằm trong túi anh được lâu, việc thắng các ván bài khiến cho anh cảm thấy có quyền lực. Anh dùng hết số tiền đã thắng, rút thêm tiền từ các thẻ tín dụng, thậm chí còn đổi cả những ngân phiếu của tiền bảo hiểm thất nghiệp để cố gắng chi cho việc cờ bạc của anh. Và rồi trước khi anh nhận thức ra được điều đó, số tiền anh thiếu nợ các thẻ tín dụng lên đến hàng ngàn đồng, vô số các chi phiếu phải thanh toán và cả mấy tháng nay anh đã không trả được món tiền trả góp cho căn nhà anh đang ở. Thêm vào đó vợ anh hay cằn nhằn về việc thiếu hụt tiền nong trong gia đình và về việc anh vắng nhà thường xuyên.



Hoàn cảnh khó khăn đưa đến cho anh Lâm sự lo lắng, bất lực, cáu kỉnh và không lối thoát. Dù vậy anh Lâm không cảm thấy rằng anh có thể ngưng đánh bài được: điều mà anh cho rằng có thể giải quyết được những khó khăn mà anh đang đối diện là gỡ lại những gì anh đã thua. Và rồi bất cứ khi nào anh có chút đỉnh tiền trong túi, anh lại tiếp tục đi đánh bài.

Trong khi đó, chị Lâm đã cố gắng hết sức để bù đắp vào những khoảng thiếu hụt trong gia đình. Tháng này chị phải mượn tiền của một người bà



con để đóng vào khoản tiền trả góp cho căn nhà. Đồng thời hằng ngày chị làm thêm giờ ở xưởng bất kể chứng bệnh đau lưng của chị và ngay cả hai đứa con nhỏ của chị cũng không được săn sóc đầy đủ. Nhưng có làm thêm giờ thì chị mới có dư chút đỉnh để bù vào những thiếu hụt trong gia đình vào lúc này.

Trong lúc này, anh Lâm nghĩ rằng nếu anh đánh bạc và thắng, những món nợ của anh sẽ được trang trải hết và vợ anh sẽ không còn lý do gì để cằn nhằn anh nữa.

# NHỮNG DẤU HIỆU CỦA VIỆC NGHIÊN CỜ BẠC

**T**rong câu chuyện vừa qua, rõ ràng là anh Lâm đang gặp những khó khăn với việc bài bạc của anh và cũng như nhiều người nghiện cờ bạc khác, anh không nhận ra được rằng việc cờ bạc của anh là dấu mối của những khó khăn anh đang gặp.

Cái phương cách hai vợ chồng anh dùng để đương đầu, đối phó với vấn đề này sẽ mang đến sự thất bại. Anh Lâm không thấy rằng việc anh chạy theo sự thua lỗ để gỡ lại tiền chỉ đưa đến những món nợ và những khó khăn to lớn hơn cho gia đình anh. Chị Lâm, vợ anh, không nhận thức ra rằng khi chị làm thêm giờ và mượn tiền của bà con để trả nợ, chị đã vô tình tạo nên một cơ hội dễ dàng hơn cho chồng chị tiếp tục đánh bạc. Đồng thời chị không lo lắng được cho hai con nhỏ và cho ngay chính bản thân chị. Giả sử như cả hai vợ chồng anh Lâm thấu hiểu rõ ràng hơn về những triệu chứng của việc nghiện cờ bạc, anh chị có thể giải quyết hoàn cảnh của gia đình họ bằng một cách khác có hiệu quả hơn. Những câu hỏi dưới đây sẽ giúp chúng ta nhìn thấy được những dấu hiệu của việc nghiện cờ bạc. \*\*

1. Có khi nào bạn vắng mặt nơi sở làm vì việc đánh bạc không?
2. Có khi nào vì việc cờ bạc mà đời sống riêng tư của bạn không được hạnh phúc, vui vẻ không?
3. Việc cờ bạc có ảnh hưởng đến tiếng tăm của bạn không?
4. Có khi nào bạn cảm thấy hối hận sau khi đánh bạc không?
5. Có khi nào bạn đánh bạc để trả nợ hay để giải quyết những khó khăn khác về phương diện tài chánh không?
6. Việc cờ bạc có làm giảm bớt những ước vọng hoặc khả năng hiệu quả của bạn không?
7. Sau khi thua, có khi nào bạn thấy rằng bạn phải quay trở lại để gỡ lại số tiền đã bị thua không?
8. Sau khi thắng, có khi nào bạn có những thúc đẩy mạnh mẽ phải quay trở lại và thắng tiếp không?
9. Bạn có thường chơi cờ bạc đến khi cạn túi không?

10. **Bạn có khi nào mượn tiền để chơi cờ bạc không?**
11. **Có khi nào bạn phải bán một món đồ gì đó để lấy tiền chơi cờ bạc không?**
12. **Bạn có miễn cưỡng dùng “tiền cờ bạc” để trang trải những chi phí khác không?**
13. **Việc chơi cờ bạc có khiến bạn không màng đến sự an lạc của gia đình bạn không?**
14. **Có khi nào bạn ngồi chơi cờ bạc lâu hơn thời gian bạn dự định không?**
15. **Có khi nào bạn chơi cờ bạc để quên đi những ưu tư và lo lắng không?**
16. **Có khi nào bạn đã có hay đã nghĩ đến những hành vi phạm pháp để kiếm tiền chơi cờ bạc không?**
17. **Việc chơi cờ bạc có đưa đến việc mất ngủ cho bạn không?**
18. **Những việc tranh chấp, cãi vã, thất vọng, vỡ mộng và bức bối có thúc đẩy bạn chơi cờ bạc không?**
19. **Có khi nào bạn thấy cần phải ăn mừng một sự may mắn nào đó bằng cách đánh bạc không?**
20. **Có khi nào bạn đã nghĩ đến việc tự vận do việc chơi cờ bạc của bạn không?**

Những người trả lời “Có” cho 7 câu hỏi -hoặc nhiều hơn- ở trên được xem như có vấn đề với việc nghiện cờ bạc.

Không phải bất cứ ai chơi cờ bạc cũng trở thành người nghiện cờ bạc. Tuy nhiên bất cứ người nào đánh bạc – bất kể môn chơi, số tiền đánh, hoặc mức độ thường xuyên đánh bạc - cần phải hiểu biết rõ ràng về những điều may nguy hại của bộ môn cờ bạc. Sự hiểu biết chính xác về những điều này sẽ giúp cho người đánh bài có thể thưởng thức các môn bài bạc một cách an toàn hơn; đồng thời mang đến cho họ một kiến thức để giúp họ có thể có một quyết định chín chắn và rõ ràng hơn về việc cờ bạc của họ.

*\*\* Những câu hỏi này được trích từ “Gamble Anonymous (GA) 20 Question Survey”*

# ẢNH HƯỞNG CỦA CỜ BẠC TRONG ĐỜI SỐNG

Một quan điểm thường thấy ở những người cờ bạc là họ cho rằng sự thiệt hại duy nhất do việc nghiện cờ bạc gây ra là sự thua lỗ, mất mát về mặt tài chính. Điều này cũng dễ hiểu vì thiệt hại về tiền bạc có thể đo lường được. Tuy nhiên trên thực tế, ảnh hưởng của việc cờ bạc quá mức thật to lớn và bao gồm cả những nguy hại về mặt tinh thần. Đó mới là điều khó có thể lường được. Thông thường những vấn đề này ít được đề cập đến hoặc không được người trong cuộc coi là những vấn đề nghiêm trọng cho đến khi sự thiệt hại thực sự xảy ra.

Sau đây là một số những ảnh hưởng do việc cờ bạc thái quá gây ra.

## TÀI CHÁNH

- Nợ nần, vỡ nợ
- Tiêu hết số tiền dành dụm
- Dính dáng tới những người cho vay cắt cổ

## LUẬT PHÁP

- Có những hành vi phạm pháp
- Bị đưa ra tòa hoặc bị chủ nợ đòi tiền
- Bị bắt

## CÔNG VIỆC LÀM ĂN

- Hiệu quả lao động giảm xuống
- Bị xa thải
- Không thể giải thích được những lý do vắng mặt hoặc đến trễ

## SỨC KHỎE CƠ THỂ

- Mất ngủ
- Bị lo lắng bất thường
- Mắc bệnh ung nhọt, lở loét
- Uống rượu hay dùng các loại ma túy hoặc thuốc cấm

## NHỮNG MỐI QUAN HỆ

- Cãi vã với người vợ/chồng hoặc người trong gia đình
- Ly dị hay ly thân
- Xa lánh người thân trong gia đình hoặc bằng hữu
- Khó duy trì được những mối tương quan xa gần

## SỨC KHỎE TÂM THẦN

- Xuống tinh thần
- Lo lắng, tuyệt vọng
- Mất lòng tự trọng
- Tính tình thay đổi
- Có ý định hoặc toan tính đến chuyện tự tử

## VIỆC HỌC HÀNH

- Không tập trung được tư tưởng trong lúc học hành
- Trốn học
- Điểm xuống thấp hoặc việc học hành kém đi

# LÀM THẾ NÀO MỘT NGƯỜI CÓ THỂ CHƠI CỜ BẠC VỚI SỰ TỰ CHỦ?



**N**hiều cuộc nghiên cứu đã chứng minh rằng việc nghiền cờ bạc có thể ảnh hưởng cho bất cứ người nào đã từng chơi cờ bạc bài bất kể văn hóa, nền tảng giáo dục, mức lợi tức, tuổi tác, hoặc giới tính. Người ta cũng ghi nhận rằng một khi việc nghiền cờ bạc đã bắt đầu thì thật khó mà gỡ ra được. Phần kế tiếp sẽ nêu lên những đề nghị để giúp những người đã chọn cách tiêu khiển này nhưng đồng thời họ cũng muốn giảm bớt những cơ hội nguy hiểm mà việc nghiền cờ bạc có thể đưa đến.

## **Để tránh việc nghiền cờ bạc, họ nên:**

- Giới hạn số tiền họ có thể cung ứng được để chơi cờ bạc và chỉ đánh với số tiền này thôi (số tiền này bắt buộc không phải là tiền dành cho những chi tiêu căn bản khác như dành cho: thực phẩm, đồ xăng, tiền mướn nhà ....) Nên để những số tiền cho những cung ứng khác ở nhà.
- Không mang theo bất cứ loại thẻ tín dụng nào.
- Tránh việc mượn tiền bạc của người trong gia đình, của bè bạn, hoặc của người khác để đánh bạc.
- Giới hạn thời gian đánh bạc. Khoảng thời gian này phải tương đương với những thời gian dành cho các thú tiêu khiển khác.
- Hoạch định một dự tính rõ ràng về những gì họ phải làm nếu họ thắng cũng như nếu họ thua. Điều quan trọng là họ cần phải theo sát với những dự tính đó một cách chặt chẽ và giữ giới hạn (tiền bạc cũng như thời gian) khi chơi bạc.

- Hiểu được những nguy hại cũng như lợi ích của việc cờ bạc –biết lý do tại sao họ chọn môn tiêu khiển này. Cái trách nhiệm giữ cho cân giữa những sự nguy hại và lợi ích được quân bằng tùy thuộc vào chính người đánh bạc chứ không ai khác.
- Hiểu được rằng cờ bạc là một trong những hình thức giải trí tốn kém. Nếu một người không có số tiền dư để dùng cho cách giải trí này, người đó không nên đánh bạc.

Một số người đánh bạc cho rằng nếu họ làm theo những ý kiến vừa nêu ra, cái hứng thú và hồi hộp của việc đánh bạc sẽ bị giảm bớt đi, nhưng bù lại, người chơi sẽ cảm thấy có sự an toàn và dễ kiểm chế việc cờ bạc của họ hơn. Trong hầu hết mọi trường hợp, cái giá phải trả cho việc nghiện cờ bạc thường cao hơn cái sự hồi hộp và thích thú khi việc chơi cờ bạc không có sự kiểm chế và giới hạn.

**Đối với một số người, bất cứ việc bài bạc nào cũng có thể đưa họ vào một vòng đai nguy hiểm. Đối với những người đó, cách cờ bạc tự chủ hay nhất là không chơi gì cả.**





# NHỮNG ĐIỀU PHẢI LÀM

Khi một người đã có vấn đề với việc cờ bạc

**N**ếu việc cờ bạc đã đưa đến những khó khăn dù chỉ cho một, hay nhiều khía cạnh trong đời sống của một người nào đó, việc áp dụng những ý kiến nêu lên trong những trang vừa qua không đủ hữu hiệu để giải quyết vấn đề. Những người này cần phải theo những phương hướng khác để kiểm chế việc đánh bạc của họ. Cho dù rằng điều hay nhất là họ chấm dứt hẳn việc cờ bạc, thực hiện được điều này không phải là dễ dù rằng đây là mục đích của họ.

Những bước đi hữu ích cho những người đã gặp vấn đề với cờ bạc

## 1. Giới hạn phương tiện dẫn đến tiền bạc

- Dẹp bỏ các loại thẻ rút tiền ở ngân hàng và các loại thẻ tín dụng (hoặc tối thiểu là hủy bỏ quyền được rút tiền trước của các loại thẻ này).
- Hủy bỏ các ngân khoản tín dụng (credit lines).
- Chấm dứt việc mượn tiền trong gia đình, bạn bè hoặc người khác.
- Thay đổi những thoản thuận với ngân hàng (thí dụ như muốn rút tiền cần phải có hai chữ ký, chuyển tiền từ những trương mục chung sang trương mục của một người đáng tin cậy trong gia đình, giới hạn số tiền mặt có thể rút từ ngân hàng trong mỗi ngày ở mức thấp nhất).
- Sắp đặt để tiền lương được bỏ thẳng vào trương mục chung hay của một người đáng tin cậy trong gia đình.
- Giao việc quản lý tài chánh trong gia đình cho một người khác (người phối ngẫu, họ hàng, bè bạn)

- Chỉ nên giữ trong người một số tiền nhỏ vừa đủ dùng cho việc chi tiêu hàng ngày (thí dụ như tiền xe buýt, tiền cà phê, ăn trưa).
- Phải có trách nhiệm với những món tiền đã tiêu xài (thí dụ như đưa hóa đơn cho một người thân trong gia đình hoặc một người đáng tin cậy nào đó xem).
- Tạo một ngân khoản vừa phải để trả dần các món nợ.

Những bước hướng dẫn trên rất quan trọng cho những người lỡ dẫm chân vào việc đam mê cờ bạc vì việc dễ dàng nắm được tiền có thể đưa đến sự khao khát cờ bạc.

## **2. Nhận biết những yếu tố khác đưa người chơi đến việc ham muốn cờ bạc**

Việc ham muốn cờ bạc đôi khi cũng bị gây ra bởi những yếu tố khác như sự căng thẳng thần kinh hoặc ngay cả vào những khoảng thời gian nhất định trong tuần (thí dụ như ngày lãnh lương, ngày cuối tuần). Cộng thêm với việc giảm bớt phương tiện dẫn đến tiền bạc, những người nghiện cờ bạc còn cần phải:

- Xét lại khuôn mẫu trong việc cờ bạc của mình (nơi đánh bạc, thời điểm đánh bạc, những người chơi cờ bạc chung) và dự tính làm những việc khác để thay vào những khuôn mẫu nguy hiểm này.
- Thay đổi những thói quen có thể đưa đến việc cờ bạc như không lái xe qua các sòng bạc, không đi chơi chung với những người thường đánh bạc.
- Thay thế những giờ giãc dùng để đánh bạc bằng những công việc làm khác.
- Tâm sự với một người bạn tốt không đánh bài hoặc một nhân viên trợ vấn về những cái khó khăn của mình.

Đối với những người chỉ đánh bạc ở các nơi đánh bạc lớn, họ có thể chọn cách tự cấm mình (Voluntary Self-Exclusion) tới những sòng bạc này. Hầu hết các sòng bạc đều có cung cấp loại dịch vụ này cho bất cứ ai cần đến.

Khi những người nghiện đánh bạc có càng nhiều phương cách chế ngự những thói quen đánh bạc của họ (chẳng hạn như ngăn chặn cơ hội chơi bài hoặc lấy tiền), họ càng có nhiều hy vọng quay trở lại con đường ngay chính. Nếu một người nào đó gặp khó khăn đi theo những phương hướng đã được vạch ra, họ nên tìm sự trợ giúp của các hướng dẫn viên chuyên nghiệp để có thêm ý kiến giải quyết vấn đề của họ.



## VIỆC NGHIÊN CỜ BẠC VÀ GIA ĐÌNH

**N**ội dung chính trong những phần vừa qua chỉ nói đến những ảnh hưởng của việc cờ bạc đem đến cho chính người chơi cờ bạc. Ảnh hưởng của việc nghiên cờ bạc mang lại cho những người khác -nhất là những người trong gia đình- đã không được bàn đến. Khi người đánh bạc đã vướng vào thói đồ đen một cách sâu đậm, người trong gia đình họ có thể gặp những xúc động khác nhau như:

- Cảm thấy mất đi sự ổn định về mặt tài chính
- Lo lắng cho tương lai
- Thấy lẻ loi, cô độc
- Thấy tức tối, bị lừa dối, và mịch lòng
- Vô vọng, khó chịu

Những xúc động này có thể mang đến sự rối loạn và căng thẳng đầu óc. Người thân trong gia đình thường không hiểu được tại sao người đánh bạc lại cứ tiếp tục việc cờ bạc bất kể những hậu quả đã và đang xảy ra cho người trong gia đình họ. Và rồi họ sẽ có thể nhúng tay vào việc giải quyết vấn đề vì lo lắng đến những gì đang xảy ra cho gia đình họ. Họ có thể sẽ:

- Đặt nhiều câu hỏi hay bắt đầu kiểm soát việc cờ bạc của người chơi.
- Tìm cách gỡ rối cho người nghiện cờ bạc hoặc trả nợ cho họ.

- Lao công vất vả nhiều hơn để kiếm thêm lợi tức bù đắp vào những khoản tiền đã bị thất thoát đi.
- Đe dọa nếu việc cờ bạc không chấm dứt.

Thông thường, sự cố gắng của người thân trong gia đình để giải quyết vấn đề nghiện cờ bạc lại bị chính người đánh bạc xem như là một hình thức kiểm soát họ. Để chống lại, người đánh bạc có thể sẽ dẫu nhem hoặc sẽ nói dối về chuyện cờ bạc của họ; thay vì đối diện với những đối chất của người nhà. Điều này sẽ làm mất đi niềm tin tưởng và làm tổn hại những mối quan hệ. Tóm lại việc cờ bạc thái quá sẽ mang đến sự bất an trong gia đình về cả hai mặt tinh thần lẫn thể chất, chưa kể đến sự bất ổn định về phương diện tài chánh.

Những hậu quả do việc nghiện cờ bạc gây ra thường hay ảnh hưởng đến những gia đình di dân nặng nề hơn so với những gia đình của người bản xứ. Nói chung, những gia đình di dân thường không có nhiều sự trợ giúp về tài chánh cũng như về tinh thần để giúp họ vượt qua được những thử thách và gian nan mà việc di dân thường đưa đến như khó khăn về ngôn ngữ, nghề nghiệp và tài chánh, hoặc cảm thấy bị cô lập và bất lực trong xã hội. Thêm vào những khó khăn trên, khi một người di dân đánh bạc quá lố, chuyện tiền bạc, thời gian và năng sức dành cho gia đình sẽ bị mất đi và sự căng thẳng trong gia đình sẽ xảy ra nhanh chóng. Bởi vậy, chỉ trong vòng một thời gian ngắn, những ảnh hưởng của việc nghiện cờ bạc sẽ làm đời sống của người nghiện cờ bạc và gia đình họ bị thiệt hại nặng nề.

## Những gì gia đình có thể làm một khi họ đã nghi ngờ rằng việc nghiện cờ bạc đang trở nên một vấn đề khó xử?

Sau đây là những điều mà gia đình **nên** hoặc **không nên** làm khi đương đầu với việc nghiện cờ bạc:

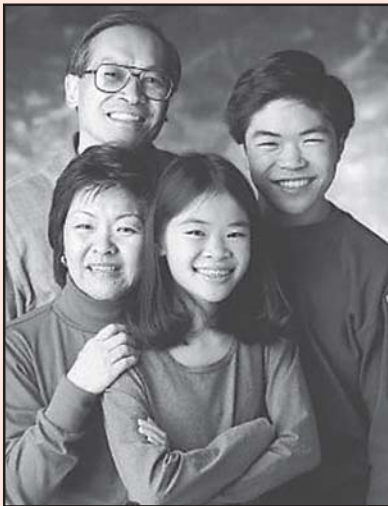
### Những việc nên làm

- Công nhận vấn đề.
- Tìm hiểu thêm về những cách bảo vệ tài sản của gia đình.
- Nếu được, nên quản lý tiền bạc trong gia đình. Nếu không, ít nhất nên giữ riêng tiền, thẻ tín dụng hoặc tương mục của mình.

- Tìm hiểu thêm về việc nghiện cờ bạc từ những cố vấn viên chuyên về việc nghiện ngập, qua sách vở, báo chí hay qua các mạng thông tin.
- Nói chuyện với người đánh bạc về những ảnh hưởng của việc nghiện cờ bạc mang đến cho gia đình.
- Tìm sự giúp đỡ tinh thần bằng cách tâm sự với người đáng tin cậy
- Lo cho chính bản thân mình.
- Tìm sự trợ giúp chuyên nghiệp một khi những cố gắng giải quyết vấn đề của họ bị thất bại.

### **Những gì không nên làm**

- Cho người chơi cờ bạc vay tiền.
- Phí phạm năng sức cho việc kiểm soát bài bạc.
- Phủ nhận vấn đề hoặc tối thiểu hoá cái nhìn về những việc xảy ra.
- Dấu diếm hoặc che đậy cho người đánh bạc.
- Ký nợ với ngân hàng, thẻ tín dụng hoặc vay mượn tiền của họ hàng để trang trải nợ nần cho người đánh bạc.



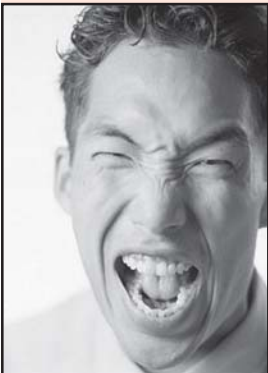
- Quyết định gấp về những quan hệ lâu dài.
- Giữ kín những khó khăn trong lòng- không thổ lộ với người khác, hoặc nhận lỗi cho người đánh bạc.
- Đợi đến lúc người đánh bạc chấp nhận sự thực sự rồi mới tìm kiếm sự trợ giúp cho chính bản thân.

*Các chương trình nghiên cứu đã xác định rằng trẻ em lớn lên với*

*cha mẹ là những người nghiện cờ bạc thường hay mang tâm trạng bồn chồn, lo sợ, không yên tâm, tính tình thay đổi bất thường, dễ mắc những bệnh tâm thần và việc toan tính tự vẫn tăng lên gấp đôi. Những đứa trẻ này thường có chiều hướng vướng vào những thói quen nghiện ngập - kể cả việc nghiện cờ bạc- cao hơn những đứa trẻ khác.*

# TẠI SAO VIỆC NGHIÊN CỜ BẠC LẠI KHÓ CÓ THỂ GIẢI QUYẾT ĐƯỢC?

- Sự bao bọc của người nhà
- Sự có thể lập lại
- Quan niệm của xã hội về việc nghiên cờ bạc
- Sự thôi thúc đánh bạc
- Việc ngăn ngại tìm kiếm sự trợ giúp
- Sự thiếu hiểu biết rõ ràng về những vấn đề của việc cờ bạc và việc nghiên cờ bạc



**V**iệc đương đầu với những khó khăn trong đời sống không bao giờ là một việc dễ làm, đương đầu với việc nghiên cờ bạc còn là một chuyện khó làm hơn cho những người trong cuộc. Một số các nguyên nhân đó là:

**Sự bao bọc của người nhà:** Để khỏi bị mất mặt với người chung quanh và để duy trì không khí đầm ấm trong gia đình, rất nhiều thân nhân của người nghiên cờ bạc sẵn sàng làm bất cứ điều gì để giúp người đánh bạc. Cho dù rằng điều đó có nghĩa là: trả nợ cho người chơi cờ bạc hoặc gánh lấy trách nhiệm trong gia đình cho người chơi cờ bạc, thân nhân của họ thường cố gắng hết sức để giúp họ bất kể đến sức khỏe và sự bình an cho chính những người thân này. Tuy nhiên phương cách này chỉ làm cho việc đánh bài kéo dài thêm mà thôi.

**Sự có thể lập lại:** Sự lập lại là việc làm đi làm lại những thói quen hay hành động mà người làm đã quyết định sửa đổi từ trước (thí dụ như một người đánh bài sẽ bắt đầu chơi một cách quá mức sau một thời gian bớt đi hoặc ngừng hẳn). Sự lập lại không có gì mới lạ và là chuyện thường xảy ra ngay cả khi mà ý định từ bỏ hoặc kiểm chế việc bài bạc thật chân thực. Nếu người đánh bạc không hiểu được thế nào là sự lập lại mà lại cho đó là sự thất bại, số phận an bài hoặc dấu hiệu khác, họ khó có thể rút kinh nghiệm cho những lỗi lầm họ đã gây ra và ngăn ngừa không cho việc này xảy ra nữa.

**Quan niệm của xã hội về việc nghiên cờ bạc:** Cái quan niệm của xã hội cho rằng việc nghiên cờ bạc là biểu tượng cho những khuyết điểm của con người, sự yếu đuối về mặt luân lý, hay số phận kém may mắn chỉ làm cho những người

nghiên cờ bạc và gia đình họ cảm thấy xấu hổ, nhục nhã và họ chỉ muốn dấu nhẹm vấn đề này đi cho dù rằng họ đã không còn khả năng và sức lực để giải quyết vấn đề một cách có hiệu quả. Quan niệm trên cũng làm những người trong cuộc khó chấp nhận sự thật và trở nên e ngại khi đề cập đến vấn đề tìm kiếm sự giúp đỡ của những người ngoài gia đình (như gặp các cố vấn viên chuyên nghiệp); vì họ nghĩ rằng họ sẽ bị xét đoán hoặc phê bình. Đáng tiếc là hoàn cảnh của họ càng ngày sẽ càng trở nên tệ hại hơn nếu những vấn đề khó khăn họ đang gặp không được chấp nhận và giải quyết tận gốc.

**Sự thôi thúc đánh bạc:** Hầu hết những người nghiện cờ bạc đều gặp phải những sự thôi thúc đánh bạc. Sự thôi thúc và khao khát cờ bạc này được đưa đến cho họ qua nhiều nguyên nhân khác nhau. Những yếu tố nội tâm như sự ao ước của người chơi cờ bạc để gỡ lại số tiền đã thua, hay những yếu tố ngoại tâm như phương tiện chơi cờ bạc, hay cơ hội nắm được tiền nằm ngay trước mắt họ, đều mang đến những khao khát cho việc đổ đen. Những người chơi cờ bạc sẽ phải trải qua một cuộc hành trình đầy gian nan và thử thách để chế ngự được những thôi thúc này trước khi họ không còn bị sự thôi thúc này khống chế họ nữa.

**Việc ngần ngại tìm kiếm sự trợ giúp:** Đối với một người bản xứ tại Bắc Mỹ, việc tìm kiếm sự trợ giúp cho những khó khăn cá nhân mà họ không thể tự giải quyết được chỉ là một chuyện bình thường, thì đối với những người Á Đông đang sống tại đây, việc làm này không được dễ dàng như vậy. Truyền thống văn hóa Á Đông lại đề cao việc tự giải quyết vấn đề và việc giữ sĩ diện. Do ảnh hưởng của quan niệm lâu đời này, họ thấy thật khó khăn và ngần ngại trong việc đi tìm kiếm sự giúp đỡ bên ngoài gia đình thí dụ như đi gặp một cố vấn viên; cho dù rằng chính bản thân họ đã không giải quyết được vấn đề một cách có hiệu quả. Và rồi những lỗi lầm lớn lao cứ bị lặp đi lặp lại khi họ cố gắng để tự giải quyết vấn đề.

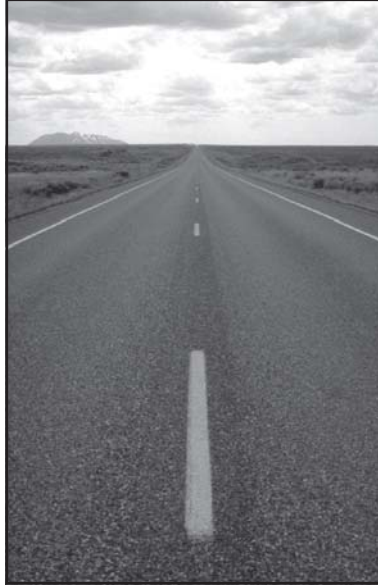
**Sự thiếu hiểu biết rõ ràng về những vấn đề của việc cờ bạc và việc nghiện cờ bạc:** Hầu hết những vấn đề đã được nói tới trong tập hướng dẫn này ít khi được đề cập đến hoặc được phổ biến rộng rãi, nhất là trong những cộng đồng của người di dân. Việc thiếu hụt những tài liệu này có thể đưa đến những việc như sau: bài bạc một cách thiếu suy nghĩ và nguy hiểm cho những người chơi bài, làm tăng thêm sự rối loạn cho những người trong gia đình, bạn bè hoặc người thân và làm giảm khả năng giải quyết vấn đề của tất cả mọi người.

# CON ĐƯỜNG ĐI TỚI

**T**uy sự giải quyết việc nghiện cờ bạc có thể là một điều khó khăn và phức tạp, nhưng điều này có thể thực hiện được. Với sự trợ giúp đúng, một sự hiểu biết rõ ràng về việc nghiện cờ

bạc, và một dự tính chắc chắn, cá nhân cũng như gia đình của những người nghiện cờ bạc có thể xây dựng lại cuộc đời của họ.

Bất cứ khi nào người đánh bạc, hoặc gia đình họ cảm thấy cần có thêm sự giúp đỡ để giải quyết những khó khăn về vấn đề cờ bạc,



thì họ nên tìm đến những dịch vụ trợ giúp chuyên giúp cho những vấn đề cờ bạc này (thí dụ như cơ quan Addictions Foundation of Manitoba – xin xem phần kế để biết thêm chi tiết).

Trong những năm sắp tới, sự phát triển của những cơ hội cờ bạc tại Canada và Mỹ có lẽ sẽ vẫn tiếp tục. Bởi vậy, sự hiểu biết rõ ràng về việc cờ bạc, việc nghiện cờ bạc, và về những vấn đề khác như đã đề cập trong cuốn hướng dẫn này sẽ là một phương cách hay nhất để ngăn ngừa sự nghiện cờ bạc.



# VÀI NÉT VỀ CƠ QUAN ADDICTIONS FOUNDATION OF MANITOBA

**A**ddictions Foundation of Manitoba (AFM) là một cơ sở của tỉnh với trách nhiệm là đóng góp vào sức khỏe và sự thịnh vượng cho mọi người trong tỉnh Manitoba, AFM hoạt động để nhấn mạnh đến sự nguy hiểm liên quan đến những việc nghiện ngập qua phương cách giáo dục, phòng ngừa, phục hồi và nghiên cứu.

## Tại AFM, Dịch Vụ Về Việc Nghiện Cờ Bạc Gồm Có:

### Đối với những người đang gặp khó khăn về việc đánh bài:

- Hướng dẫn cho từng cá nhân
- Hướng dẫn cho từng nhóm\*
- Hướng dẫn qua điện thoại\*
- Giới thiệu đến những văn phòng hoặc cơ quan dịch vụ khác

### Đối với người thân trong gia đình hoặc bạn bè:

- Hướng dẫn cho từng cá nhân
- Hướng dẫn cho các cặp vợ chồng
- Hướng dẫn cho từng nhóm\*
- Giới thiệu đến những văn phòng hoặc cơ quan dịch vụ khác



\* Xin liên lạc với văn phòng AFM nơi mình ở để biết rõ dịch vụ này hiện nay có hay không.

Tất cả những dịch vụ này đều miễn phí và kín đáo. Xin vui lòng gọi điện thoại đến Đường Dây Trợ Giúp Cho Vấn Đề Cờ Bạc (Gambling Helpline) để biết thêm tin tức hoặc làm giờ hẹn đến gặp hướng dẫn viên. (Xin xem trang kế tiếp)

**Đường Dây Trợ Giúp Cho Vấn Đề Cờ Bạc  
(AFM Problem Gambling Helpline)  
1-800-463-1554 (Miễn phí trong tỉnh Manitoba)  
944-6382 (Trong thành phố Winnipeg)**

- Có thể gọi 24 tiếng 1 ngày, 7 ngày 1 tuần
- Cung cấp dịch vụ trợ vấn cho những người đánh bạc, thân nhân của họ hoặc cho bất cứ ai muốn tìm hiểu thêm về việc cờ bạc
- Cung cấp những điều cần biết thông thường về việc nghiện cờ bạc
- Giới thiệu người gọi đến những dịch vụ thích hợp tại AFM, những nhóm tự nguyện giúp đỡ lẫn nhau (GA), hoặc những cơ quan trợ vấn khác
- Dịch vụ thông dịch miễn phí qua điện thoại có đến gần 150 ngôn ngữ khác nhau để giúp đỡ cho người gọi đến đường dây trợ giúp nhưng không biết tiếng Anh nhiều

**Các Văn Phòng Khu Vực Của AFM:**

Winnipeg Adult Services (Dịch Vụ Dành Cho Người Lớn tại Winnipeg)	(204) 944-6368
Family Program (Chương Trình Dành Cho Gia Đình)	(204) 944-6229
Winnipeg Youth Services (Dịch Vụ Dành Cho Lứa Tuổi Vị Thành Niên)	(204) 944-6235
Brandon (Văn Phòng tại vùng Brandon)	(204) 729-3838
Dauphine (Văn Phòng tại vùng Dauphine)	(204) 622-2021
Thompson (Văn Phòng tại vùng Thompson)	(204) 677-7300
AFM Library (Thư Viện của AFM)	(204) 944-6233

Muốn biết thêm chi tiết về các văn phòng và dịch vụ, xin vào địa chỉ thông tin trên mạng [www.afm.mb.ca](http://www.afm.mb.ca) hoặc qua sổ niên giám điện thoại địa phương.