



توصیه برای والدین و اشخاصیکه از اطفال نگه داری میکنند در بارهء علاماتی که مشکلات ابتلا ء به قمار بازی را نشان میدهد.

بعضی از نشانه هائی که شما با مشاهده ء آن ممکن است بدانید پسر و یا دختر شما به مشکلات قمار بازی
دوچاراست .

- اوقات زیادی را صرف قمار بازی و یا فکر کردن درباره ء قمار بازی کند.
- بصورت روز افزونی به سبب اشتغال به قمار از صنف و مکتب غایب گردد .
- به افزایش مبلغ قمار و نوبت هائی قمار بازی به خاطر خوشی و لذتی که از قمار به او دست میدهد آغاز کند .
- اگر بصورت منظم قمار نزنند ویا بکوشد تا قمار را کم کرده ویا بکلی متوقف کند مزاج او غیر ثابت شده و احساس نا راحتی کند.
- اگر وعده کند که قمار را متوقف ویا آنرا کم میکند لیکن برای تطبیق پلان آن به تکلیف دچار گردد.
- در مورد فعالیت هائی مر بوط به قمار دروغ بگوید ویا در مورد آن اسرار آمیز جلوه کند.
- داشته هائی شخصی خود را از دست بدهد ویا نتواند از عهده ء مصارف منظم خود بیرون شود و این بدان علت باشد تا او بتواند مصارف قمار زدن را تامین کند .
- از اعضائی خانواده ویا دوستان برای قمار بازی پول قرض کند.
- به امید اینکه روزی پول باخته شده را واپس خواهد برد و قمار را متوقف خواهد کرد هنوز به قمار ادامه دهد.
- به حیث وسیله ء فراموشی ویا فرار از مشکلات قمار بازی کند.
- خانواده ویا دوستان در این اندیشه باشند که قمار زدن دختر ویا پسر شما مشکل جدی گردد .
- کسی در معرض این نوع خطر قرار داشته باشد ممکن است همه این روشها را از خود نشان ن دهد.

اگر شما فکر میکنید فرزند شما قمار میزند و یا اینکه بسیار زیاد قمار میزند شما میتوانید برای چاره جوئی به کارهائی به شمول جلب کمک اشخاص حرفه وی اقدام کنید. در ذیل مراتبی را که شما میتوانید طی کنید نشان داده میشود:

- از موضوع قمار زدن و خطرات آن خود را آگاه کنید.
- در مورد روش قمار بازی خود و عقیده ء تان در باره ء قمار بازی آگاه گردید.
- مباحثه و طرح سئوالات در باره ء قمار بازی را تشویق کنید.
- گفتار فرزند تان را که طفل چه میگوید بشنوید.
- اگر مشکلات حل نشد برای قمار زدن زمان و مبلغی معین و تعداد دفعات مشخص را در نظر بگیرید .

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.