Multicultural Problem Gambling Service for NSW
*strengthening people and families*

gambling HELP
PHONE • FACE TO FACE • ONLINE
1800 858 858
www.gamblinghelp.nsw.gov.au

Tagalog

# Payo sa mga magulang at tagapag-alaga

# mga palatandaan ng problema sa pagsusugal

## Kabilang sa ilang mga palatandaan na ang inyong anak ay mayroong problema sa pagsusugal:

- Umuubos ng maraming oras sa pagsusugal at nag-iisip ng tungkol sa pagsusugal.
- Sumasablay ng pasok sa paaralan o ang mga grado ay nagsimulang sumama dahil sa oras na ginugugol sa pagsusugal.
- Nagsisimulang tumaya ng mas malaki at mas madalas upang mapanatili ang interes at siglang idinudulot ng pagsusugal.
- Nakakaranas ng mga paiba-ibang disposisyon at nakakaramdam ng pagkaligalig kung hindi palaging nakapagsusugal o kaya pinipigil na mabawasan o matigil na ang pagsusugal.
- Nangangakong titigil na o babawasan ang kanilang pagsusugal ngunit may problema sa pagsunod sa nakaplano.
- Nagsisinungaling o mapaglihim tungkol sa mga ginagawang pagsusugal.
- Nawawalang mga pansariling mga gamit o kaya hindi masagot ang mga regular na gastusin dahil nagamit na niya ang pera pinamuhunan sa mga gawaing pagsusugal.
- Nanghihiram o kaya kinukuha ang pera sa mga kapamilya o mga kaibigan para makapagsugal.
- Patuloy sa pagsusugal dahil sa paniwala nilang mababawi ang kanilang pera at titigil na pagkatapos.
- Nagsusugal bilang paraang makatakas o kaya makalimot sa kanilang mga suliranin.
- Nag-aalala ang mga kapamilya o kaibigan na lalong sumasama ang pagsusugal ng inyong anak.
- Ang taong nasa panganib ay hindi karakang nagpapakita ng lahat ng mga ganitong pag-aasal.

## Kung sa palagay ninyo na nagsusugal o sobrang magsugal ang inyong anak, mayroon kayong mga mapagpipiliang lunas kasama na ang pagdulog sa propesyonal na tulong. Naririto ang ilan sa mga pangkaraniwang hakbang na susundin:

- Maging maalam tungkol sa pagsusugal at mga panganib nito.
- Alamin ang inyong sariling pag-aasal at mga paniniwala tungkol sa pagsusugal.
- Buhayin ang loob sa pamamagitan ng pagtatalakay at mga pagtatanong tungkol sa pagsusugal.
- Makinig sa mga paliwanag ng inyong anak.
- Magtakda ng hangganang oras, pera at kadalas ng pagsusugal kung ang problema ay hindi gaanong malala.

0 000000 001543 2707111
MPGS/APAC/FS/Tag

NSW GOVERNMENT

**PangmaramihangKulturang Serbisyo Ng NSW sa Problema sa Pagsusugal**
**( Multicultural Problem Gambling Service for NSW / Walang bayad 1800 856 800**
**Panteleponong Payo-Tulong sa Pagsusugal (Gambling Help Line) 1800 858 858**
**( 24 oras / 7 araw sa buong linggo).**

Multicultural Problem Gambling Service for NSW
*strengthening people and families*

gambling HELP
PHONE • FACE TO FACE • ONLINE
1800 858 858
www.gamblinghelp.nsw.gov.au

English

# 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.

NSW GOVERNMENT

**Multicultural Problem Gambling Service for NSW Tollfree 1800 856 800**
**Gambling Help Line 1800 858 858 ( 24 hours / 7 days a week).**

Financial assistance for this project was provided by the New South Wales Government from the Responsible Gambling Fund (RGF). The views expressed in this publication however, are solely those of the author/s.